

என்றும் உங்களுடன்

# மங்கையர் மலர்

ANGAYAR MALAR

ஜூன் 2008

224 பக்கங்கள் ரூ.18/-

மங்கையர் மலர்  
தொடர் ஆறாம்!

குக்கரி கீன



சமையல் போட்டி!

சூடா...

சுவையா...

இணைப்பு:

ஸ்கூல்

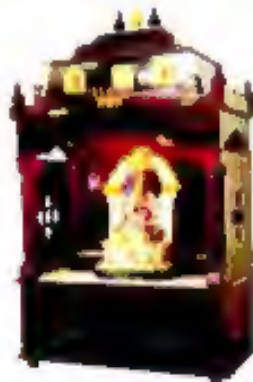
64!

# ஆவாஹனம் ஸமர்ப்பயாமி



ஓம் பூஜா மண்டபம்

ஓம் பூஜா மண்டபம் - இறைவனுக்குள் நுழைந்தால் இவ்வம்.  
உங்கள் பூஜை அறைக்கு மேலும் புனிதத்துள்ளையை கூட்டுகிறது.



பிரசித்திகளையில், நெய்விநியாசன அபிஷேகமுடன் சேர்ந்து,  
மன நிம்மதியை தரும் திவ்யபரமன் சூழ்நிலையை ஏற்படுத்தும்.



சீரடிப்பிரவேசத்திற்கோ அல்லது திருமணத்திற்கோ உகந்த பரிசுப்பொருள்.

ரூ.3000/- முதல் 1,00,000/- வரை

Open on Sundays



• Royapettah (Opp. Pilot Theatre) : Ph : 2813 1364, 2813 2400 • Anna Nagar : Ph : 2622 2377, 4210 3996  
• Ashok Nagar : Ph : 2571 3493, 4213 3202 • Adyar : Ph : 2440 5120, 4211 7857  
• Perambur : Ph : 2622 0502 • Ambur : Ph : 4208 6731 • Mangalapuram : Ph : 4358 6661

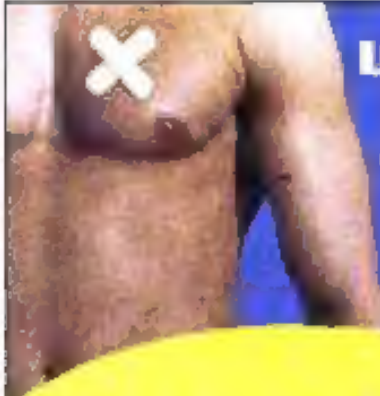
Atin & Co.

**Modfurn**

Royapettah :

2nd Floor, 1st Floor, 2nd Floor, 1st Floor





# மாரடைப்பு நோய்க்கு ஒரு மாற்று சிகிச்சை



## Neomed Hospital

Non-Surgical Treatment Center for Angina, Heart Attack & Heart Failure Problems  
(In Technical Collaboration with Arterial Disease Clinic (ADC) England)

**EECP - அறுவை இல்லா கைப்பாள் சிகிச்சை**

மனிதனுக்கு வலம் வரலா நோய்களுக்கும் அறிகுறிகளும் தெரியும். ஆனால் எந்த மாற்றமும் தெரியாமல், வந்த மறு விளையுமேயே உயிரை மாய்த்து விடுவது இயல்பானதல்ல என்ற மாரடைப்பு தாக்கு. இந்த நோயாளிகளுக்கு ஆஞ்சிபோயினால் அறிகுறியை அடைய அறுவை சிகிச்சை தாவி தீரவு என்ற நிலை இருந்து வருகிறது. இந்த சிகிச்சை முறைகள் அதிர்செலவு பிழை செய்வது, அகத்த பிணை ஏராளமாக வட்டுப்பாடுகளுடன் வாழ்க்கையை நகர்த்த வேண்டியிருக்கும். இந்த மாற்றை எடுத்துவிட்டது அறுவை இல்லா கைப்பாள் சிகிச்சை, அறுவை சிகிச்சை இன்றி தெஞ்சலடி, மாரடைப்பு, இருதய பணியின் போன்ற பிரச்சனையுள்ள போக்கும் அற்புத மாற்று சிகிச்சை - E.E.C.P (Enhanced External Counter Pulsation) / அலைகள் சிகிச்சை (Artery Clearance Therapy). அமெரிக்கா, ஜெர்மனி போன்ற 36 நாடுகளில் செய்கிறார்கள். இந்த அறுவை இல்லா நியந்தை கைப்பாள் சிகிச்சையினால் வரை 16.5 மட்டும் மக்கள் யாள் அடைந்துள்ளனர். இ.இ.சி.பி. சிகிச்சை அமெரிக்காவில் உள் Food and Drug Administration (FDA) அங்கீகாரம் பெற்றுள்ளது. இச்சிகிச்சை முறை தற்போது இந்தியாவில் பல முனிசிபல் மருத்துவமனைகளில் அறிமுகப் படுத்தப்பட்டு வருகிறது.

ஓசைகள் / அலைகள் சிகிச்சை சிக்கல் இல்லாதது, ஆனால் சிக்கலானது. இந்த சிகிச்சைகள் குலம் காலம் Arteriosclerosis (Blocked Arteries), Arrhythmia, Stroke, Chronic Backpain, Parkinsonism, Cancer,

Diabetic Gangrene and Foot Ulcers போன்ற நோய்களும் குணமாகப்படுகிறது. இதய உயர்ந்தபட்ட நோய் உட்கரைநா நிக்னி? நயக்கவின்றி நியோமெட் வாலும்கள், இ.இ.சி.பி / அலைகள் / ஓசைகள் சிகிச்சை குலம் நிவாரணம் பெற்று நிம்மதியுடன் வாழ்வார்கள்!

- சிகிச்சை - 100% மலர் திறன் அளவிற்குள்ளே**
- உயர்ந்த சிகிச்சை
  - உயர்ந்த சிகிச்சை இயல்பு
  - நீண்ட நாட்கள் வாழும் சிகிச்சை
  - மருத்துவமனைகளில் எல்லா சிகிச்சை மருந்துகளையும் அளவிற்குள்ளே

- மாரடைப்பு நோய், அறிகுறியை நிவர்த்தி செய்வதற்கு உயிர்களுக்கு -**
- எக்கை நோய் இருக்கலாம்.
  - அறிகுறியை அழுத்தம் (பிடைசை) இருக்கலாம்.
  - இரத்த அழுத்தம் அதிகமாக இருக்கலாம்.
  - உயிர்களுக்கு நியந்தை யானவது எந்த அழுத்த நோய் இருக்க நோய் அளவு எக்கை நோய் உயிர்களுக்காக இருக்கலாம்.
  - உயிர்களுக்கு அறிகுறியை இருக்கலாம்.
  - அறிகுறியை அழுத்தம் இருக்கலாம்.
  - மலர் அழுத்தம் அழுத்தம் இருக்கலாம்.

வருமுன் வட்டமாம்! நோயினின்றி வாழ்வோம்!



**நாஞ்சில்  
77 நாட்டுச்  
சமையல்!**

**தொட்டால் 124  
பூ மலரும்!**



முதலில் படிக்க...

ஒரு வார்த்தை - 5  
அன்பு வட்டம் - 68

சிறுகதைகள்

கறுப்புத் தவளை - 46  
பெத்த கடன் - 88

மருத்துவம்

இங்கொங்குனன்ஸா  
அப்படினா... - 140

அழகு

மீட்டர் மீட்டர் பஸ்பாபு - 8  
இலமை இதோ இதோ... - 130

குடி பக்கங்கள்

குட்டன் ஓட்டி - 26  
என் சென்னை - 56  
கொல்கத்தா - 116  
சென்னை வீரமங்குலோம் - 136



**பூ பூக்கும் ஓசை!**

**20**



**கல்சீ**

தமிழ்நாடு  
தமிழ்நாடு



**தரத்திலும் நம்ப**



133



94

ரூ.5,000  
**பரிசு**  
அறிவுப் போட்டி

முக்கிய அறிவிப்புகள்

4, 12-13, 16, 159

ஆட்டையின் : துமன்னா  
நன்றி : விபு சரவணா எம்பிரஸ்

**பெய்ப்பர்**  
**பாப்கார்ன்!**

நெஞ்சில் நிற்கும் தொடர்கள்

ஸ்ரீ அன்னை - 30

பெண்ணை, நீ வாழ்க! - 154

இளமை ஸ்பெஷல்

பூஞ்சாரல் பக்கங்கள் - 148

மகளிர் சாதனை

லிங்கம்மா சபதம்! - 72

ஜோதிடம்

இம்மாத ராசி பலன் - 57

திருமண மலர் பக்கங்கள் - 97

எங்க வாழ்க்கை - 30



40

**க்ரிஸ்டல்**  
**க்ளாஸ் பெயின்டிங்!**

மகளிர் மாத இதழ்! **மங்கையர் மலர்**

மலர் : 28 இதழ் : 5 ஜூன் 2008

**ம**ங்களையர் மலர்  
2007 தமிழ்ப் புத்  
தாண்டு இதழில்  
'சர்வஜித் வகுடம்'  
மலர்ந்ததையொட்டி  
வாழ்க்கையில் போராடி  
வெற்றி பெற்ற பெண்  
மணி பற்றிய அறிவிப்பு  
வெளிவந்தது. அதைத்  
தொடர்ந்து வந்து



# சர்வஜித் பெண்ணுக்கு வாழ்த்து!

குவிந்த தகவல்களில் எட்டுப் பெண்கள்  
மட்டுமே தேர்வாயினர். அவர்கள் பற்றிய  
கட்டுரைகளும் வெளிவந்தன.

இந்த அஷ்டதேவதைகளில் சர்வஜித்  
பெண் விருதுக்குரிய பெண்மணியைத்  
தேர்ந்தெடுக்க நமது வாசகியரை அழைத்  
திருந்தோம். வழக்கம் போல வாசகியர்  
பெரும் திரளாகப் பங்குகொண்டு வாக்  
களித்துச் சிறப்பித்தனர். அதிகபட்ச  
வாக்குகளைப் பெற்று தேர்ந்தெடுக்கப்  
பட்டவர் :

திருமதி சூடாமணி பரமேஸ்வரன்  
நாகப்பட்டினம்.

கனாமித் நாக்குதலில் சும் மு  
டைய மலர் போன்ற மூன்று  
குழந்தைகளையும் இழந்த  
இவர் அதே ஆழிப்பேரளைத்  
நாக்குதலில் அவாழைப்பாடி  
நின்ற இருபது குழந்தை  
களுக்கு அடைக்கலம் தந்  
திருக்கிறார். தாய்மை,  
கருணை, சேவை மூன்  
றுக்கும் நல் உதாரண  
மாகத் திகழும் திருபதி  
சூடாமணி பரமேஸ்  
வரனுக்கு 'சர்வஜித்  
பெண்' விருது  
கிடைத்திருப்பது  
பெருமைக்குரிய  
பொருத்தம்!

சூடாமணி  
பரமேஸ்வரனுக்கு  
மங்களையர் மலர்  
வழங்கும்  
'சர்வஜித் பெண்' விருதுடன்,  
பட்டயமும், ரூ. 10,000/- பரிசும்  
வழங்கப்படும்.

விழா நடைபெறும் தேதி : 07.06.2006  
நாள் : சனிக்கிழமை  
நேரம் : மாலை 4.30 மணி  
இடம் : 'நம்பிக்கை'  
310/9 புதிய கடற்கரை சாலை,  
காடம்பாடி, நாகப்பட்டினம்.

அனைவரும் வருக!

**சூடாமணியை சர்வஜித் பெண்ணாகத் தேர்ந்தெடுத்த வாசகியரின்  
குலுக்கல் முறையில் ரூ.250/- பரிசு பெறும் வாசகிகள்:**

1. திருமதி சபிதா சீனிவாசன், சென்னை - 7.
2. திருமதி ச. சசிகலா - கோயி - 638 476.
3. திருமதி ஜி. கப்புலட்சுமி, திருவண்ணாமலை - 606 601
4. திருமதி ஜி. நளினி, சேலம் - 636 007.
5. திருமதி எச். மகாலட்சுமி, பட்டுக்கோட்டை.

கலத்து கொண்ட அனைவருக்கும் துன்பி.  
'சர்வஜித் பெண்' விழாவுக்கும் வந்து வாழ்த்துங்கள்!



“எ

ன்ன மேடம்... இன்னுமா ஷேர் ஆட்டோவுல போய்க்கிட்டு இருக்கீங்க? ஒரு கார் வாங்கி 'ஜம்'முன்னு போகக் கூடாதா...?" இப்படித்தான் அந்தப் பேச்சு பெரும்பாலும் ஆரம்பிக்கும்.

"சரி லிடுங்க! இன்னிக்கு என் கண்ணுல பட்டதும் நல்வதுக்குத்தான். வந்த டிராயிற்றுக்கிழமை நீங்க ஃபீரியா இருந்தா, நானே உங்க வீட்டுக்கு வந்து அழைச்சுக்கிட்டுப் போறேன், ஜஸ்ட்... அரை நான்... உங்க வாழ்க்கையெல்லாம் மாறிப் போயிடும் பாருங்களேன்...!" தூண்டில் தயாராகும்.

"நானா...? இப்ப நான் வேளச்சேரில் புது

டிராயிற்றுக்கிழமை பத்தாவாக ஒரு கார் வந்து உங்களை 'சிக்-அப்' செய்யும். முற்றிலும் குளிகூட்டப்பட்ட ஏ.ஸி. அலுவலகத்தில், சாதாரண ஹாலில் உட்காரவைக்கப்படுவீர்கள்.

எஸ்சிடி. ஒளிதும்... அதில் கம்பெனி பற்றியும் அதில் முதலீடு செய்தால் அது எப்படி பன்மடங்கு ஆகும் என்பது பற்றியும்.. கணிதப் பூர்வமாக (!) வினாக்குவார்கள், ஆதாரங்களைக் காட்டிப் பேசுவார்கள்.

டிபன், காப்பி எல்லாம் தந்து, சின்னதாய் ஒரு பரிகப் பொருளும் தந்து ஜில்லென்று அனுப்புவார்கள்.

"அந்த நடினையும் பணம் போட்டிருக்க



ஃபீனாட் வாங்கிட்டேன். எல்லாம் நியூ காங்கெஸ்ட் பீஸ்களே!"... பலமான கொக்கியும் தயார்.

"உங்க அறிவுக்கும், உங்களுக்கு இருக்குற கான்டாக்ட்ஸுக்கும் எவ்வளவோ சாதிக்கலாம். வெறும் பன்னாடு படிச்சவங்க எல்லாம், என்னமா ஆள் சேர்க்கறாங்க.. என் அக்கா பொண்ணு ஆறே மாசத்துல நாற்பது லட்சம் சேர்த்துட்டா... இதோ பாருங்க.. அவளுக்குக் கொடுத்த டீடி!" ஒரு கவர் ஹெராக்ஸ் ஒன்று காட்டப்பட்டதும், இரை செருகப்படும்.

"என்னதானு போயிப் பார்ப்போமே..." என்ற ஆவல் உங்களுக்குப் பிறக்கும்.

காளாமே! இந்த டாக்டரும் சேர்ந்திருக்காரோ!" என்ஹெல்லாம் சிரமிப்பு நீங்காயல் நீங்கள் வீடு வந்து சேர்ந்ததும், தூண்டிலில் மீன் மாட்டிக் கொண்டுவீட்டது என்று அர்த்தம்.

பர்சனல் வேலோ, பி.எஃப் வேலோ போட்டு முப்பதுபதின் பணமும் கட்டி... அவர்கள் தந்த 18 கோடி அரை சலரன் குங்கக் காண உச்சிமுக்கிந்து கொடுக்கவது ருடக்கும்.

அடுத்து...? ரயில் தோழி, அண்ணி, ஓசகத்தி, குங்கை, அலுவலக சிநேகிதி என எல் லோரிடமும் தன்மானம் வீட்டுப்





## மங்கையார் மலர்

மாசிலாமன் நம்பர் 1 மலரின் மலர் திட்டம்

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்  
பிரைவேட் லிமிடெட், தஞ்சை  
பரதன் அச்சகத்தில்  
ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று  
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் :  
சுசுமி நடராஜன்

கல்கி பிஸ்டுக்கில்,  
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,  
எக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32.

பொறுப்பாசிரியர் :  
அனுராதா சேகர்  
வடிவமைப்பு :  
எஸ். எம். சி. பி. என்.  
எம். மோகன், ச. கார்த்திகேயன்  
தொலைபேசி : 4343 8888  
தொலைதகல் : 044 - 4343 8899

மின்னஞ்சல் :  
ஆசிரியர் குழு :  
mangayarmalar@kalkiweekly.com  
வினம்பரப் பிரிவு :  
marketing@kalkiweekly.com  
சந்தா பிரிவு :  
subscription@kalkiweekly.com  
பிற தகவல்களுக்கு :  
info@kalkiweekly.com  
இன்டர்நெட் முகவரி :  
www.mangayarmalaronline.com  
சந்தா விலை :  
உள்நாடு :  
ஒரு வருடம் : ரூ.225/-  
ஆறு மாதம் : ரூ.115/-  
வெளிநாடு (விமானத்தால்) :  
ஒரு வருடம் : ரூ.1,600/-

**Bharathan Publications  
Private Limited,**  
Kalki Buildings,  
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,  
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

இதழில் வெளியாகும் வினாப்பரம்பலின்  
உணர்வுத் தகவல்கள்  
கல்கி பிரைவேட் பொறுப்பாக.

பேசி, (செஞ்சி!) ஆனைச் சேர்த்து... அப்பாடி... நின்று  
நிமிர்ந்தால்... அப்புறம் என்ன? நெற்றியைக் காட்டிச்  
சொல்லி, குறைத்துக் குறைத்துப் போட்டு அனுப்பு  
வார்கள்.

நிரிந்தைப் பார்த்தால் இப்படிப்பட்ட தூண்டில்  
கதைகள் தினமுமே இடம்பெறுகின்றன.

தங்கக் காளோ, பண இரட்டிப்புத் திட்டமோ, கடத்தப்  
படுக்கையோ அது எந்தவிதமான நூதன மோசடி  
பிஸினஸ் ஆகட்டும், சந்தையாளர்களின் முதல் குறி  
என்னவோ, பெண்கள்தான்!

கொலுசு, நாககிருப் பாலிஷ் போடுவதாகச் சொல்லி  
மமாற்றும் சும்பல் கூட, பெண்கள் விட்டில் தனிப்பாக  
இருக்கும் நேரத்தை தானே குறிவைக்கிறார்கள்?

கணவனுக்குத் தெரிந்தும் தெரியாமலும் இம்மாதிரி  
யான குறுக்கு வழி குபோத் திட்டங்களில் சேர்ந்து  
கைப்பணத்தை இழந்து, மனஉளைச்சலில் தவிக்கும்  
பெண்கள் எத்தனையெத்தனை! தாங்கள் ஏமாற்றப்  
பட்டதை வெளியில் சொல்லவும் முடியாமல், போலீ  
ஸில் புகார் செய்யவும் துணிச்சல் இன்றி, மயங்கியோ  
மலர் அலுவலகத்துக்கு :போன் செய்து புலம்புகிறார்கள்.

இது எப்படியோ... இனி, பெண்கள் செய்ய  
வேண்டியது என்ன?

\* உளழுக்காமல், பணக்கொள் ஆக ஆசைப்படாதீர்கள்.  
அப்படி ஆவது கடத்தியமுயற்சியை; நிரந்தரமுயற்சியை!

\* 'கலவரமாகச் சம்பாதிக்கணும்' - இது எல்லோரு  
டைய ஆழ்மனதிலும் இருக்கும் ஆசை! கடத்த  
பலவினைத்தொன் இந்த மோசடி நிறுவனங்கள்  
முதலிடாகப் பயன்படுத்துகின்றன. எனவே.... பணம்  
கழற்சி, வர்த்தக வாய்ப்பு என எந்த வடிவிய் போசடித்  
திட்டங்கள் உங்களை அனுசுக்கினாலும் மனஉறுதியுடன்  
"நோ!" சொல்லி அனுப்புங்கள்!

\* "அண்ணி கேட்கிறாள்; தங்கை கேட்கிறாள்!"  
என்று பரிதாபப்பட்டு, பலிகடா ஆகாதீர்கள். பணம்  
போனால், சம்பாதித்துக் கொள்ளலாம். உறவுகளில் கசப்பு  
ஏற்பட்டால், அவை ஆயுளுக்கு மகற்ற முடியுமா!

**அனுராதா நடராஜன்**



Copyrighted Material



# PRASHANTI

House of Silk Cottons

For Your Favourite

Grand Wedding  
(Vivaham / Vaiboham)  
Collections!!

&  
Summer Cotton  
Collections!!!

Large Catalogue for your perusal!!!

PRASHANTI

16, 9th Cross St, C.I.T. Colony, (Behind Chelliar Hall)  
Mylapore, Chennai - 4. Ph: 24981930 / 24987636

PRASHANTI'S PARIPURNA

# 52, 4th Main, 17th Cross, Mallaswaran Bangalore - 55.

Ph: 23341632 / 98861 85961

For more details Visit [www.bharatmatrimony.com](http://www.bharatmatrimony.com) / Wedding Directory / Apparels Timing: 10 am to 8 pm



## கல்கி

குழும் பத்திரிகை நிறுவனத்தில் பணி புரிய ஆவலா?  
இளமை, ஆர்வம், தன்னம்பிக்கை, வேகம், விவேகம்  
மற்றும் முன் அனுபவமுள்ளவர்கள்

### விளம்பரப் பிரதிநிதி

பணிக்கு தங்கள் முழு விவரக் குறிப்புடன்  
ஜூன் 15-க்குள் விண்ணப்பிக்கவும் :

விளம்பர மேலாளர்

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பி. லிட்.,  
47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,  
எக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32  
e-mail : [marketing@kalkiweekly.com](mailto:marketing@kalkiweekly.com)

எதிர்நீச்சல் படத்தில்  
தடிவ் நாகேஷ் ஜோகர்  
ஜாஸகியிடம், "சினிமா  
தடிவை மாதிரி இருப்பாண்ட?"  
என்ற கேள்விக்கு, "அழகாய்  
இருப்பாண்டு சொன்னேன்,  
அழகு பண்ணிப்பாண்டு  
சொன்னேண்ட?" என்பார்.

அதெல்லாம் ஊப்பு வெள்  
லாக்காலம்! இந்த டிஜிட்டல்  
யுகத்தில், சின்னத்திரை பெரிய  
திரை அமர்க்களத்தில்... சிறிய



சருமக் குறைபாடுகூடத் துல்  
வியமாகத் தெரிந்துவிடும்  
அபாயத்தில்... சருமப் பாது  
காப்பு... பளபளப்பு எத்தனை  
அவசியம்...?

அ... திரையில் வருபவர்களுக்கு மட்டும் தூல்  
வைக்க, துமக்கும் கூடத்தான் ஆரோக்கியமான சருமம்  
வேண்டுமே... தமது சருமத்தின் ஒவ்வொரு மில்லி  
மீட்டரையும் ஆரோக்கியமாக, பளபளப்பாக ஆக்கத்  
தான் ஃபேஸ் மேப்பிங் செய்கிறார்கள், 'தேக்கராய்ஸ்'  
பீழூட்டி பாஸ்லில்...



# மிஸ்ஸிமீட்டர்

அதென்ன ஃபேஸ் மேப்பிங்?

"டெர்மலாஜிகா ஃபேஸ் மேப்பிங்கில் (Dermatologica  
Face Mapping) தமது முகத்தை பதினான்கு பகுதிகளாகப்  
பிரித்து, ஒவ்வொரு பகுதிக்கும் அந்த இடத்துச் சருமம்,  
நீக்க ஒட்டம் இவற்றுக்குத் தகுந்தாற்போல எங்கின்றென  
தரப்படுகிறது. இதற்கான சிறப்புப் பயிற்சி பெற்றவர்  
கள், முக சருமத்தின் எத்தெந்தப் பகுதிகளில் எந்த  
விதத்தில் குறைபாடு என்றறிந்து அதற்குத் தகுந்த  
மாதிரி டீர்மென்ட் தருகிறார்கள். வெயிலில் இருந்து





பாதுகாப்பு தரும் விதத்தில் தகுந்த க்ளென்சர்கள், சரும எரிச் சுவைத் தராத வகையில் அப்ளை செய்யப்படுகின்றன. இவை முற்றிலும் இயற்கைப் பொருட் களாலானவை. இதில் செயற்கை சாயங்கள், செயற்கை மணம், ஆல்கஹால், மினரல் என்ஸைம் கள், வலோலின் எனப்படும் சரும எரிச்சல் தரும் பொருட்கள் போன்றவை அறவே கிடையாது" என்கிறார் திருமதி வீணா.



போல ஆகிறது. இவற்றை நீக்குவதோடு சருமத் துவாரப் பைகளில் சேர்ந் திருக்கும் வேண்டாத அழுக்குகளும் எக்ஸ்ட்ராக்ஷன் முறையில் நீக்கப்படு கின்றன. சருமம் இயற்கைப் பொலிவை அடைகிறது..." என்கிறார்.

சரி, சாதாரணமாகச் செய்யப்படும் 'ஃபேஷிய லுக்கும் இந்த ஸ்பெஷல் 'ஃபேஸ் மேப்பிங்'க்கும் என்ன வேறுபாடு...?

"பொதுவாக ஃபேஷி யனில், சருமத்துக்கு ஏற்ற ஒரே பேக் போடுகிறோம்...

இந்த மேப்பிங் முறையில் முகத்தை 14 கோணங்களாகப் பிரித்து அந்தந்த இடத்துக்குத் தகுந்தார்போல பேக் போட்டு, மஸாஜ் செய்து பொலி ஷ்ட்டுகிறோம். கண்ணுக்கு அடியில், கன்னங்களில், முகவாயில், நெற்றி யில், புருவ மேட்டில்... இவ்வாறாக பகுதிகள் பிரிக்கப்படுகின்றன. இதில் சிறப்புப் பற்றிச் எடுத்தவர் இந்திரா நகர் நேச்சரல்ஸில் இருக்கும் நதியா..."

"முதலில் க்ளென்சர் போட்டு முகத்தில் உள்ள பழைய மேக்கப், தூசு இவற்றை நீக்குவதில் துவங்கி, மேப்பிங் க்ளென்ஸர் மஸாஜ், சரும புள்ளிகள் நீக்குதல், ஸிரம் மஸாஜ், உதடுகள், கண்களுக்கான தவி பேக், இவற்றோடு 'ரீஃபுவெக்சலாஷ்னி' என்று ஒரே நேரத்தில் கால்களுக்கும்

மஸாஜ் செய்ய வேண்டும். இதனால் முகத்தசைகள் இறுக்கம் நீங்கி பொலிவு பெறும்" என்கிறார் நதியா.

பெண்களுக்கு மட்டுமல்ல, ஆண்களுக்கும் ஃபேஷியல் மேப்பிங் செய்யப்படுகிறது. சிவ்வாத் திரை, பெரிய திரை நட்சத்திரங்களோடு, பெரிய அரளியல் தலைவர்கள் வீட்டுப் பெண்களும் இவர் களது வாடிக்கையாளர்கள்.

தொடப்பு எண் : 044-2445 5143.

- பத்யினி பட்டாபிராமன்



# பளபளப்பு!

"அக்ஸி வாய்ப்புடைய சருமம், என்ஸெயிப் பிசுக்கு சருமம், நார்மல் சருமம் என்று தனித்தனியாகக் கண்டறிந்த பின்தான் ஃபேஸ் மேப்பிங் தரப்படுகிறது..." என்று தொட ரும் வீணா, "சருமத் துவாரங் களில் சேரும் அழுக்கே 'பிளாக் ஹெட்ஸ்' எனப்படும் புள்ளிகள்

# வேலைவாய்ப்பு

(பெண்கள் மட்டும்)

பங்குதகக் கழகப் பயிற்சிகள் 2008 - 2009

Govt./University Course 2008-09 (Res by TNPSC Foundations)

Directorate of Medical Education R.No. 58735/P.M.E./3/2008

M.B.B.E.L.P., DO & CE (Govt. Undertaking) &

P.O.E.X.C.T.R.108/2008-09

தமிழ்நாடு மற்றும் வெளிநாடுகளிலுள்ள  
மருத்துவமனைகள், பள்ளிகளில் பணிபுரிய  
பயிற்சிக்கு விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன

## பயிற்சிகள்

- + Nursing Assistant
- + Medical Lab Technology
- + Primary Teacher Training
- + B.Sc., (Bio & Micro Biology)
- + B.Sc., (M.L.T.), & P.G.D.M.L.T.
- + Hospital Management
- + M.Sc., (M.L.T.), & Groups
- + B.B.A. & Catering Technology
- + D.P.T. / B.P.T. / M.P.T.\*

தகுதித்தரம் : X, H.Sc., to Degree - Pass/Fail

வயது வரம்பு : 15 முதல் 35 வரை

வசூல் : 1 முதல் 3 ஆண்டுகள் வரை

பணியை : ரூ.2500/- முதல் ரூ.4500/- வரை பெறலாம்

பங்குதகக் கழகப்பயிற்சிக்கு தேர்வு செய்யப்  
பட்டவர்களுக்கு உணவு, தங்குமிடம் தரப்படும்  
இலவச விண்ணப்பம், வினாக்கடிமை பெற  
5x2 தபால் தலைவசை கலெக்டர்கள் வைத்து  
விண்ணப்பிக்கலாம்.

DIRECTOR

TAMILNADU MEDICAL

LABORATORY TRAINING CENTRE

COIMBATORE-41. PH: 0422-2432948.

CELL : 92443-84012, 92443-84011.

Note : SC,ST / Handicapped (MBC, BC)

உதவித்தொகை/தனி சலுகைகள் உள்வக.



## பண்பு

அடுத்த மாதம் நேரடியாகப் பணிபுரிய  
வாய்ப்பு கிடைக்கக்கூடியதாகும். எவ்வகை பணி  
மிகவும் சிறப்பாக இருக்கும். பராமரிப்பின்  
வெளியே இருந்து, பணிகளை அவ்வளவு தடவை  
புரட்டாது கவனத்தில் துணைபிட்டு கட்டி, அதில்  
எவ்வகை பணி

- பெ. சிபர்மனா ரமணி,  
கேர்த்திராபாத் 3.

வெந்த கிராமம் மிகவும் சிறப்பாகப்  
பண்புபடும். ஒன்று கூறும் கற்றினால் கொடியில்  
பசித்துவிடும் சாப்பிடவும் நன்றாக இருக்க  
கூட சகலம் இருக்கலாம்.

- 9 இரத்திரா, சென்னை -11.

கிராமத்தில் மாகாண அமைச்சரும் போது  
பெண்கள் கையில் கண்ணாடி, வளையல்  
அணிந்தால் ஒருசில மையங்களில் வளையல்  
பல் உடன்த்து மாகாண விளையாட்டும், கவன  
மாக வளையல்கள் கழற்றிவிட்டு அமைச்சர்  
வரும்.

- என். ஜெயராஜ், பெரம்பலூர்.

## வேலை எல்லாமே



பஜ்ஜி மானில் சிறிது  
வெள்ளை எள், கடுகு,

தேங்காய்த் துருவல்  
மூன்றையும் சேர்க்க பஜ்ஜி  
கவை பிரமாதம்.

- அ. வசந்தகோகிலம்,  
கோவை.

# பிரமாதம்!

வடைகறி செய்யப் போறீங்களா? கடலைப் பருப்பை வறவைத்து, அரைத்து, வேகவைத்து என்று கிரமப் படாமல், குக்கரில் கடலைப் பருப்பை 3, 4 விசில் வைத்து எடுத்து ஒண்ணும் பாதியுமாக மசித்து விட்டு வழக்கம் போல் வடைகறி செய்யலாம். இதனால் வேலை சுலபமாக முடியும். நேரமும் மிச்சம்.

- விஜி, சென்னை - 23.

உருளைக்கிழங்கை வேகவைத்து உரித்து, பச்சை மிளகாய், தேங்காய், சிரகம் இம் மூன்றையும் அரைத்துப் போட்டு வதக்கினால், விந்தியாசமான கவையாக இருக்கும். இதற்கு உளுந்தம் பருப்பும், சிரகமும் தாளித்துக் கொட்டவும்.

- ஆர். மீனாகதி, நியூடெல்லி.

மூக்கில் தண்ணீர் கொட்டுவதற்கு தேங்காய் நூரைக் கொண்டு புனை போடுங்கள். அந்தப் புனைவை நறியூவியல் கொட்டுந் நீர் உடனே சிறக்கும்.

எஸ். மேகலா, சென்னை 73.

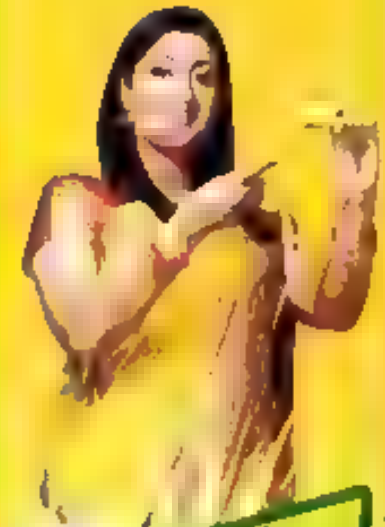
**ஆஹா 50! தான்!**

மூட்டு வலியைப் பதத்தே போக்க  
கிரகோஷம் இவ்வே போக்க.

**AMRUTANJAN**

Joint ache  
cream

மூட்டு வலி க்ரீம்



வலி வளர்த்த  
உ.ச. கொழுக்கல்  
பிசுபிசுப்பதம்



**மூட்டு வலியிலிருந்து  
உடனடி நிவாரணம்**

Amrutanjan Joint Ache Cream

என்றும் உங்களுடன்

# மங்கையர் மலர்

புதிய போட்டிகள்! பரிசு மழை

	<p>குடி-10 புக் அம்மன் 64! வாழ்வுப் பாடநூல்கள் வழங்கும் ஆடி ஸ்பெஷல்!</p>	
--	--	--

விதவிதமாய்  
யழ தோளை!

by  
செய் தோலை



## ஷாப்பிங் ஸ்பெஷல்!

உங்க ஷாப்பிங்  
அனுபவங்களை  
உடனே எழுதி அனுப்புங்க!  
சுவையானவை பரிசு பெறும்!



ஜி.எஸ்.டி. கீழ் கூடி கொண்டுவரம்!

3

பத்தகங்கள்

பகவான் பாபா!



அனுமாதா பகவான் அருளும்

கோவலாடின் கீழிய அபைவங்கள் கூரம்பம்!



## காட்டில் வேட்டையாடப்

போன அக்பர் தொழுகை நேரம் வந்ததால் தனியாக ஓரிடத்தில் ஜமுக்காளத்தை விரித்து, அதில் அமர்ந்து கண்களை மூடி பிரார்த்தித்துக் கொண்டிருந்தார்.

அப்பொழுது அவ்வழியே வேகமாக ஓடி வந்த ஓர் இளம்பெண், அந்த ஜமுக்காளத்தை மிதித்தபடி ஓடினாள். அவளுடைய சேலையில் தளையப்படும், அக்பரின் மீது இவையாகப்பட்டது.

கவலம் களவந்து விழித்த அக்பருக்குக் கடுங்கோபம் வந்தது. பிரார்த்தனையில் போது கோபப்படக்கூடாது என்று தன்னை நிதானப்படுத்திக் கொண்டாலும், அவளுக்குக் கடுமையாக அறிவுரையாவது கூற வேண்டும் என்று தோன்றியது.

"தொழுகையில் ஈடுபட்டிருக்கும் ஒருவரது விரிப்பை நீ மிதிக்கலாமா?"

**பட்டது  
புடவை;  
வந்தது  
புத்தி!**



அவர் மீது ஆடை பட ஓடலாமா? உன் அகந்தைக்கு என்ன தண்டனை தரலாம்?" என்று கேட்டார்.

அப்பொழுதுதான் அவரைக் கவனித்த அந்த இளம்பெண் பதறி, "சுக்ரவர்த்தி! நங்களுையோ வேறு எதையோ உண்ணாமலில் நான் கவனிக்கவே இல்லை. அடிமயமான மன்னியுங்கள்" என்று கெஞ்சினாள். மனம் இளகிய அக்பர் அப்படியே திரும்ப யத்தனித்தார்.

அப்பொழுது அவள், "பிரபு நான் தங்களை ஒரு கேள்வி கேட்கலாமா? கோபிக்க மாட்டார்களே?" என்றாள். "என்ன கேட்கப் போகிறாய்?" என்றார் அக்பர்.

"நீண்ட நாட்களுக்குப் பின் என் கணவர் ஊடு திருமாவிறுப்பதாகக் காட்டில் கள்ளி சேகரிக்க வந்த பனக்குக் தகவல் வந்தது. அவரைப் பார்ப்பதும் அந்த ஆர்வத்தால்தான் கண் மண் தெரியாமல் ஓடினேன். ஸ்ரீமதி களின் இப்பத்தால் என்னைக் கவர்த்தவரை நாடி ஓடிய எவக்குத்தான் மற்ற எதைப் பற்றியும் பிரச்சனை இல்லை. இறைவனிடம் நீங்கள் உண்ணாமலில் மனம் ஒன்றிப் பிரார்த்தனையில் ஈடுபட்டிருந்தால் கெவலம் ஒரு பெண் ஓடியதைப் சேவை மேலே பட்டனையே உணர்ந்திருப்பீர்களா? உங்கள் பிரார்த்தனை எவ்வளவு குறைபாடு உடையது என்று உணர்ந்தீர்களா?" என்றாள்.

அக்பரின் தலையில் யாரோ சுமர்ப்படியால் அடித்தது போல் இருந்தது. இறைநூதரே அப்பெண்ணின் உருவில் வந்து ஞானோபதேசம் செய்தது போலிருந்தது.

இவ்வி புரண ஈடுபாட்டுடன் தியானம் செய்ய வேண்டும்" என்று மன உறுதி கொண்ட அக்பர், அப் பெண்ணுக்குத் தகுந்த பரிசுகள் கொடுத்து அனுப்பினார்.

- எஸ். கரோஜினி, பெங்களூரு - 71.



# ஏஞ்சல்ஸ்®

Since 1991

அர்வாங்கில், கிளினிக் (P) லி.

தேனூர், ஸ்கின் & பாடி கேர்

# Angels®

Since 1991

Advanced Clinicals (P) Ltd

Hair, Skin & Body Care

## SOLUTION FOR UNWANTED HAIR THRU

**ND-YAG LASER** (Ex. UpperLip, Chin, Cheeks, Abdomen, Chest, Ears)

தேவையற்ற முகவிரைவான நீக்கம் தற்போது எந்தவகையில் நம் வாழ்வை சித்திரம் அளிக்கின்றது.

NOYAG Long Pulsed Laser சிகிச்சையின் மூலம் மிகவும் தத்ரூபமான தேவையற்ற

முகவிரைவான மிகவும் குறைந்த செலவுகளில் நீக்கி வருகின்றனர். இச்சிகிச்சை

பெண்களுக்கு மேல் தாடை - கீழ் தாடை - அக்குள் - கை - மலையம் போன்ற

பகுதிகளில் உள்ள தேவையற்ற முகவிரைவான நீக்கிவிடும்.



## COLOUR

IMPROVEMENT

THRU

IMPORTED INHIBITORS

உங்கள் கருத்திற்கு இடம்

ஆகியவற்றால் ஆகிய முகவிரைவான

சிகிச்சையின் மூலம்

மேலும் மிகவும்

நிறத்தின் மேல்படுத்தலாம்.

இந்தவாறு ஏற்படும் முகவிரைவான

நிறத்தின் மேல்படுத்தலாம்

மேலும் மிகவும்

**GOOD BYE ! TO BALD HEAD  
WITHIN 1 HOUR THRU  
SILICON SYSTEM**



## WEIGHT REDUCTION

& FIGURE

CORRECTION

AT ANGELS

எந்தவகையில் அந்த முகவிரைவான

செல்லுபடியாகும். இதன் மூலம்

மேலும், ஏதாவது முகவிரைவான

சிகிச்சையின் மூலம் உடல்

மேலும் உடல் மிகவும்

எந்தவகையில் குறைக்கின்றனர்



**HAIR REGROWTH IS POSSIBLE THRU'**

**PHOTO LASER THERAPY**



பெண்களுக்கு அந்த முகவிரைவான

தாதுவாகும். மேலும், ஏதாவது

மேலும், ஏதாவது

சிகிச்சையின் மூலம் (HAIR

REGROWTH) தாதுவாகும். மேலும்

மேலும், இது 100% முற்றிலும்

புதுவகையில் சிகிச்சை.

**CHENNAI:** 2B, 3rd Avenue, T-53/99,

Rajeshwari Mansion, Anna Nagar,

Chennai - 40. Cell: 98400 46699.

Ph: 044-42176679 / 26212547 / 26213468

**COIMBATORE:** RR Complex, V.O.C. Road,

117/B, West Sambandham Rd, R.S.Puram,

Coimbatore. Ph: 0422 - 6547577, 2547889.

Cell: 92444 15899

தேனூர் விஜய் தொலைக்காட்சி VIJAY TV - 40

● Hyderabad - (040)23222111, 86368899

# குக்கரி கவீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி

## ஆஹா ஆரம்பம்!

நீங்க தான் சமையல்

ராணியாச்சே...

இந்து குக்கரி தர்பாரில்  
கலந்துக்காமல் எப்படி?

சுவையான, சலபமான,

ஒரிசினல் சமையல்

குறிப்புகளைத்

தெளிவாக எழுதி,

கீழே உள்ள

கூப்பணையும் நிரப்பி

அனுப்புங்க.

தேர்ந்தெடுக்கப்படும்

ஐந்து ரெஸிபிகளுக்கு

தலா ரூ.250/- பரிசு!



குக்கரி கவீன் சமையல் போட்டி (ஜூன்)

கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் : தக்காளி + தயிர்

பெயர் : .....

முகவரி : .....

கடைசித் தேதி : 15.6.2008



சுவைக்க... ருசிக்க... மணிக்க...



சுத்தமான பசு நெய்

விவரம் : தயாரிப்பாளர் :  
பெயர் : சென்னை, தமிழ், சுவைக்க...  
நிறுவனம் : பெயர் : சென்னை, தமிழ், சுவைக்க...  
தமிழ் மணக்கோவை, சென்னை, தமிழ், சுவைக்க...



A Quality product from :

சுருதி சுவைக்க...  
Tamil Manakkovai  
Tamil Manakkovai, Chennai, Tamil Nadu, India



மாதந்தோறும் மளிகை சாமான் வாங்கும்போது ரூ. 2, ரூ.5 மதிப்பில் வருகின்ற குளியல் சோப், வடிநீர் பவுடர், பேஸ்ட், தேங்காய் எண்ணெய், டிபேடர்ஸ்ட் பவுடர் போன்ற பாக்கெட்டுகளை தலா 2 வீதம் வாங்கி வைத்துக் கொண்டால் திடீர்ப் பயணங்களின் போதும், உறவினர் வீட்டுக்கு வரும்போதும் உதவும். நமக்கும் மாதக் கடைசியில் கைகொடுக்கும்.

- எஸ். விஜயலக்ஷ்மி,  
ஹைதராபாத் - 35.

## சின்ன பாக்கெட்; பெரிய உதவி!

இரவு ரயில் பயணங்களின் போது பாக்கும் செல்ல வேண்டுமானால் ரயில் ஸ்டேஷன்களில் நிற்கும்போது செல்லாதீர்கள். அது நிகுடர்களுக்கு நிகுடுவதற்கும், தப்பிப்பதற்கும் ஏது வாகிவிடும். ரயில் விரைந்து கொண்டு செல்லும்போது செல்வதே தவறு.

- எஸ். நிகுடாகவல்லி,  
கோயம்புத்தூர்.

எல்லா அக்குபிரஷர் புள்ளிகளும் ஊர்களில் முடிவதால் தினமும் இரயில் படுக்கும் முன் இரண்டு ஊர்களுக்கும் தன்றாக அழுத்தித் தேய்த்து விடுங்கள். நன்றாகத் தூக்கம் வரும். நல்ல புத்துணர்ச்சி கிடைக்கும். பல தேய்க்கள் குணமாகும்.

- எஸ். ஜெயபதி, மும்பை.

குழந்தைகள் வீடு விழுந்து அடிபட்டு உடம்பில் எய்யவது வீக்கம் ஏற்பட்டால் 10 திமிட இடைவெளியில் இரண்டு முறை மண்ணெண்ணெய் தடவினால் வீக்கம் வடித்து வலியும் குறைத்துவிடும்.

- கே. சுப்புலக்ஷ்மி, பவானி.

கலை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

நீள மிககாணவச் சின்னச் சின்ன தாகக் கிணரி, பிளாஸ்டிக் டப்பாசில் வைத்துக் கொண்டால். தாளிக்கும் போதும், மற்ற உபயோகத்திற்கும் கலப்பாக இருக்கும். கையும் எரியாது.

- பி. விஜயலக்ஷ்மி ஜெயபால்,  
பெசண்ட் நகர்.

இளம் நுங்குகளை வாங்கிக் சிறு துண்டுக்கான நறுக்கி, அத்துடன் 1 டேரின் ஸ்பூன் குளுகோஸ், ஷைப் பெடி அரை டப்பூன், 1 டேரின் ஸ்பூன் மிளக் மெய்ட் சேர்த்து கறந்து ப்ரிட்டிளில் வைத்து சில்லென்று எடுத்துச் எப்பிரிட்டஸ் சூப்பராக இருக்கும்.

- பத்மா வெங்கட்டமன்,  
திண்டுக்கல்.

சோம்பு, மிளகு, தனியா, சீரகம், மிளகாய் வற்றல், பு. அரிசி, பொட்டுக்கடவை இவற்றைத் தனித்தனியே எண்ணெய் விடாமல் வறுத்து (மிளகாய்க்கு மட்டும் சில சொட்டு எண்ணெய் விட வேண்டும்) அரைத்துப் பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். பொரியல், வறுவதுக்கு இந்தப் பொடி அப்ப பயன்படுத்தலாம். கவைபாக இருக்கும்.



# Dr. Kamakshi Memorial Hospital

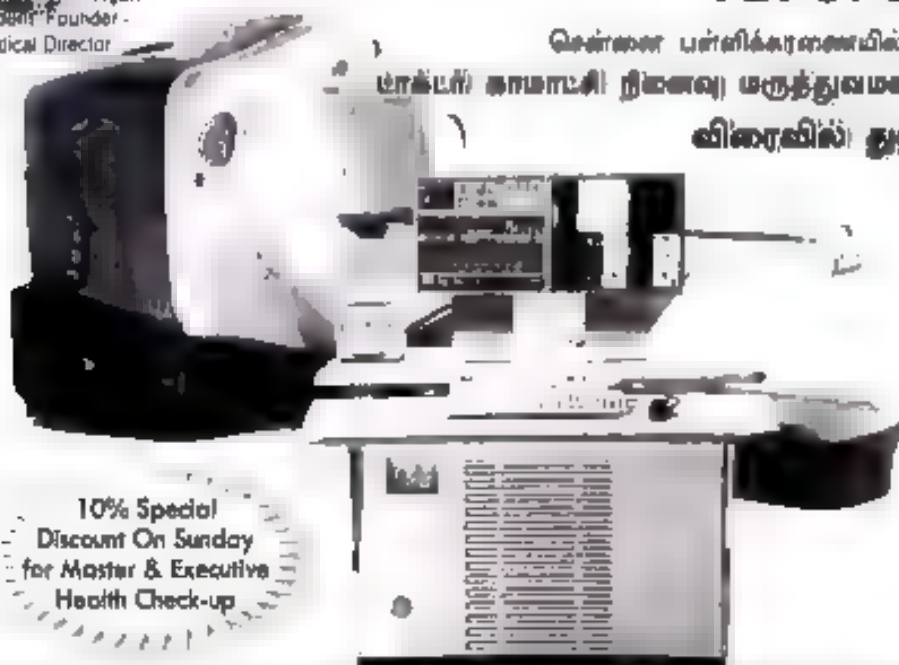


Dr. P. Govindarajan  
President/Founder -  
Medical Director

தமிழ்நாட்டிலேயே முதல்முறையாக உடலிலுள்ள புற்றுநோய் மற்றும் இதர நோய்களை எளிதில் கண்டறிய உதவும்

**PET CT Scan**

சென்னை பள்ளிக்கரணையில் உள்ள டாக்டர் காமாட்சி நினைவு மருத்துவமனையில் விரைவில் துவக்கம்



10% Special  
Discount On Sunday  
for Master & Executive  
Health Check-up

**குந்தியாபாக்கி 4, 5 கி.மீ.களில் ஈட்டுகிற உள்ள சிறந்த ஸ்கேனிங் அருவியின் சிறப்பம்சங்கள்:**

- \* பெட் சி.டி.ஸ்கேனிங் என்பது உடல் அணுக்களின் செயல்திறன் பற்றியும் அணு பெருக்கத்தைப் பற்றியும் முழு தகவல்களைத் தரவல்லது.
- \* குடும்பமளக பெட் சி.டி.ஸ்கேனிங், மனிதனின் உச்சத்தலையிலிருந்து, உள்எலும்பு வரை முழுவதும் பரிசோதிப்பதாக, உடலில் எங்கெல்லாம் புற்றுநோய் இருக்கிறது? அது வேறு எங்கெல்லாம் பரவியிருக்கிறது? நோயின் தீவிரம் எந்த அளவு உள்ளது? என்பதை எல்லாம் துல்லியமாகக் கண்டறியப் பயன்படுகிறது.
- \* அநேகமாக, நோயோடுதொடர, தீவிரநோய் போன்ற சிபிசிஎஸ்களுக்குப் முன் 'பிரிபாடிசல் ஸ்கீயிங்' மூலம் நோயின் தாக்கம் எவ்வளவு குறைந்துள்ளது என்பதைவும் கண்டறியலாம்.
- \* மூளையில் ஏற்படும் 'அல்போவென்ஸ்', 'பார்கின்சன்ஸ்', புற்றுநோய் போன்ற நோய்களை கண்டறியவும், அவற்றுக்கு எரிய மூளையில் கண்டறியவும், 'பெட் சி.டி. ஸ்கேனிங்' பயன்படுகிறது.
- \* புற்றுநோய்க்கு சிபிசிஎஸ் அளக்கும் மருத்துவர்களுக்கு எந்த மாதிரியான சிபிசிஎஸ் முறையை பின்பற்ற வேண்டும் என்று தெரிவாக உதவித்துகிறது. இதயத்தில் உள்ள பிரச்சனைகள் மற்றும் தசைகளின் செயல்பாடுகளை அறிய உதவுகிறது.

இலவச ஆலோசனைக்கு: எஸ்.கபாஷினி - 93451 20265, 93810 30712



#1, Radial Road, Pallikaranai, Chennai - 600 100.  
Tel : +91-44-22469200 (30 Lines), 66600200 (30 Lines) Fax : 22453282  
E-mail : info@drkamakshimemorialhospital.org  
Website : www.drkamakshimemorialhospital.org



**தி**

மர் கோடை மழை. காற்றில்  
மண் வாசனையை மீறி சாக்கடை  
நூற்றும். பக்கத்து மாடியில், எடுக்க  
ஆவில்லாமல் நனைந்தபடி

துணிகள். இந்த மழைக்காகக் காத்திருந்து  
விடுபட்ட மின்சாரப் காற்றாடி, ரஜினி  
யைக் கடவுளாக ஏற்ற ஒரு ஆட்டோலின்  
தலையில் இறங்கியது. பண்பவை வரிசை  
யில் மழை தினங்களின் அழகுபவம் பற்றி  
தொலைபேசுச் சொன்னார்கள். மாடி வீட்டு  
மிக்ஸரி சத்தத்துக்குப் பொருத்தமாக பக்கத்து  
வீட்டிலிருந்து குழந்தையின் அழுகைச்  
சத்தம். சமையலறை ஜன்னல் கம்பியில்  
மழைக்கு ஒதுங்கி நின்ற அணிலின் வாயில்

ஒர் இளவத்துகள்.

சாறையும் ரசிக்க மலமோ தேர்போ  
இல்லாமல் பரபரப்பாக இடக்கைத் தட்டில்  
மாவு ஊற்றிக்கொண்டிருந்தான் ஆர்திர.  
ஒரு குழியில் குறைந்தது. அடுத்த  
தில் வழிந்தது. பால் பாக்கெட்  
எடுத்து மூலையில் சுத்தரித்து  
பார்த்திரத்தில் கொட்டும்போது  
கொஞ்சம் சிந்தியது. ஸைட்டர்  
கொண்டு கேஸ் அடுப்பைப் பற்ற  
வைக்கப் போராடினான்.

**பு**



இந்தியாவின் தலைநகரம்



புகழும் ஓரரசு!

"சமையல்கட்டு பக்கம் வந்தே பாலம் மாநீரி நிலைக்கிறே. கம்ப்யூட்டர் கத்துக்கற மாநீரி சமையலும் கத்துக்கிட்டா என்ன கேவலம்? இதுவும் ஒரு கலைதான்டி."

"போடிக்காதேம்மா. இட்லி வைக்கிற தும், பால் காய்ச்சறதும் ஒரு கலையா?"

கலைதான் என்று இப்போது புரிந்தது. இட்லி மாவை மிண்டும் சேரிட்ஜுக்குள் வைக்கும்போது மூடி வைக்க வேண்டுமா, திறத்து வைக்க வேண்டுமா? இட்லி வேக எத்தனை நிமிடங்கள் அனுமதிக்க வேண்டும்? காகிதத் தட்டுகளை அம்மா எங்கே வைத்திருக்கிறாள்? புறப்படுவதற்குள் மழை நின்று விடுமா? அழைப்பு மணிக்கு உச்சக் கொட்டிக் கொண்டு ஒடினாள்.

"சீனிவாசம்..."

"ரெண்டாவது மாடிங்க"

கதவை மூடிவிட்டு வருவதற்குள் பாதி பால் பொங்கி வந்திತ್ತು... அடச்சே என்றா கது. அய்யோ இந்தப் பூனை எங்கப் பக்கத்திலிருந்து வந்தது? 'சீ, பேர'

விரட்டினாள். அது மியாலி விட்டு ஓடிவது. புனக் வந்து விட்டதே... இட்லி சமைத்திருக்குமா? சீ! வெந்திருக்குமா?

பிரெட், கை துடைக்கச் சின்ன துண்டு, டார்ச் வைட், அம்மா ஸ்ரீராமஸ்ரீயம் எழுதும் தோட்டு, பால் பாய்ண்ட் பேனா, வெந்தீர் என்று நினைவுபடுத்தி எல்லாம் எடுத்து பிளாஸ்டிக் கூடையில் வைத்து செருப்பணித்தபோது நினைவு புந்து சமையலறைக்கு ஒடி, சுதலில் மாட்டி வயத்திருந்த துப்பட்டாவை எடுத்துப் போட்டுக்கொண்டாள்.

அவ்வளவுதானே, புறப்படலாமா? சீசே முக்கியமானதை மறந்தேனே..., வங்கியில் பணம் எடுக்க அப்பாவின் கைபெழுத்து வேண்டும். அதற்கு செக் புத்தகம் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்.

வீட்டைப் பூட்டிக்கொண்டு லேப்டுக்கு வந்தாள். அது எட்டாவது மாடியில் இருந்தது. பொறுமைமலில்வாமல் பாடகனில் இறங்கினாள். கார் பூர்க்கிங் பரதீயில் முக்கால்வாசி கார்கள் சென்றிருக்க... மழைக்காக சிலர் ஒதுங்கியிருந்தார்கள். தலையில் பாலிதீன் சுற்றிய டயர் வண்டிக் காரனை பெண்கள் சூழ்ந்து காய்கறி வாங்கி னார்கள். வழக்கமாக வாசலில் நிதிரும் செல்வத்தின் இஸ்திரி வண்டியும் மழைக் காக உள்பை வந்திருந்தது.

இவனைப் பார்த்ததும் செல்வம், "எப் படிம்மா இருக்காரு அப்பா?" என்றார் அயர்ன் செய்தபடி.

"நாலு நாளா எல்லா டெஸ்ட்டும் எடுத்து முடிச்சிட்டாங்க. இன்லிக்குக்கான் பீட்மென்ட் ஆரம்பிப்பாங்களாம். சரி, நான் புறப்பட்டுறேன்."

"ஆட்டோ பிடிக்கிறதுக்குள்ள நனைஞ் சிடுவேம்மா. இரு. நம்மானு இருக்கா னான்று பாக்கறேன்" வேட்டி மடிப்பி லிருந்து செல்சேபோன் எடுத்துப் பேசி விட்டு, "வந்தான். வெய்ட் பண்ணும்மா."

இஸ்திரி பண்டிக்கு அடியில் செருகி வைத்திருந்த மர ஸ்கோவ் ஆர்ந்திக்கு எடுத்த துப்பட்டா செல்வம், ஏதோ கேட்க நினைத்துத் தயங்கி அடுத்த துணியைத் தேய்க்கத் துவங்கினார்.



**சுவரா**

எந்த வகை பழ ஜுவீஸ் செய்தாலும் அதில் வேறு பழத்தின் துண்டுகளைச் சிறியதாக நறுக்கி, அத்துடன் புதினா இலைகள் ஒரிரண்டையும் பொடியாக நறுக்கி ஜுவீஸின் மேல் தூவி அருந்த கவை கூடும்.

- சங்கரி வெங்கட், சென்னை 60

“ஆர்த்தி, உனக்கு எப்பம்மா படிப்பு முடியுது?” என்றார் செல்வம்.

“இப்ப அஞ்சாவது செமெஸ்டர். இன்னும் ஒரு செமெஸ்டர் இருக்கு. மேற்கொண்டு பி.தி. பண்ணணும். அம்மா போதுங்கறாங்க. அப்பா வேற முடியாம படுத்துட்டாரு.”

“அப்ப சீக்கிரமே ஜாதகம் எடுத்துடு வாங்க. இல்ல?”

“அதெல்லாம் முடியாதுன்னுட்டேன். வேலைக்குப் போகணும். சம்பாதிக்கணும். என் கால்ல நீக்கணும். மூணு, நாலு வருஷம் போகட்டும். எதுக்கு செல்வம் சிரிக்கிறீங்க?”

“ஒரு வார்த்தை மாறாம இடே மாதிரி தான் உன் அக்காவும் சொன்னா” என்ற செல்வம் அவள் முகம் மாறுவதைப் பார்த்து, “கோலிச்சக்காதேம்மா. ரூபகம் வந்துச்சி. சொன்னேன். எல்லாரும் ஒரே மாதிரியா என்னு ஆமாம், அர்ச்சனா எங்க இருக்கு? திருச்சிலகானே?” என்றார்.

“அங்கதான் இருக்கா. இப்ப அம்பத்தூரில இருக்கா. வந்து ஒரு வருஷம் ஆச்சி. ஒரு குழந்தை இருக்கு. தெரியுமில்ல?”

“என்ன குழந்தை? நீ போலியா, பார்த்தியா?”

“பொண்ணு. அப்பாவைப் பத்திகான் உங்களுக்குத் தெரியுமே. வீட்டுக்குப் போகலை. கோயிலுக்குத் தூக்கிட்டு வந்து காட்டினா. நல்ல செவப்பு.”

“அம்மா?”

“நான் மட்டும்தான் போனேன். போனதை, பார்த்ததை வீட்லகூடச் சொல்லலை.”

“இதைச் சாக்கா வெச்சி கோபத்தை சரிபண்ணியிருக்கலாமே.. விட்டுட்டியே.. என்ன பொண்ணுமமா நீ? சொல்லிருக்க வேணாமா?”

“நான் என்ன சொல்றது? அக்காவே ஃபோன் பண்ணிப் பேசினாளே.. ஒரே



**அதெல்லாம்  
முடியாதுன்னுட்டேன்.  
வேலைக்குப்  
போகணும்.  
சம்பாதிக்கணும்.  
என் கால்ல நீக்கணும்.  
மூணு, நாலு வருஷம்  
போகட்டும்!**

ஒரு தடவை குழந்தையைத் தூக்கிட்டு வந்து காட்டுறேன், ஆசீர்வாதம் மட்டும் பண்ணுங்கன்னு அழுதா. அப்பா பாதிலயே ஃபோனை வெச்சிட்டாரு. வீட்லேர்ந்து யாராச்சும் போய்ப் பார்த்திங்களன்னா... அவங்க அப்படியே போய்டலாம்னு குட்ர தாண்டவமே ஆடிட்டாரு.”

பெருமூச்சு விட்ட சொல்வம். “மனுஷனுக்கு இவ்வளவு வீம்பு கூடாது. கல்யாணமாகி நாலு வருஷமாச்சி. இனி எதாச்சும் மாறப் போவதா? போறப்ப என்னத்தை எடுத்துட்டுப் போகப் போறோம்? சரி, அப்பா ஆஸ்பத்திரில இருக்கறது அவளுக்குத் தெரியுமா?”

“சொல்லலை. நான் பேசவேன்னு அம்மாவுக்குத் தெரியும். அம்மா ஒன்னும் சொல்ல வேணாமன்னு சொல்லிட்டாங்க.”

“அவங்க கெடக்கறாங்க. நீ சொல்லு. ஆஸ்பத்திரிக்கு வந்து பாக்கச் சொல்லு. ஆட்டோ வந்துடுச்சி. நீ புறப்படு. இவன் பேரு ரவி. நம்பர் வாங்கி வெச்சிக்க. முன் கூட்டி சொன்னா வேற சவாரி போகாம வருவான். நல்ல ஸபயன்.”

ஆட்டோ ஓடிக்கொண்டிருந்தபோது, செல்வம் சொன்னதுபோல அர்ச்சனாவுக்குத் தகவல் சொல்லி விடலாமா என்று யோசித்தான் ஆர்த்தி.

பதிலுலாள். பார்த்துத் துடிப்பாள். தவிர யாக வரலாம் அல்லது மாமாவுடன் வரலாம். ஆஸ்பத்திரி என்னும் பார்த்தாமல் அப்பா அவமானப்படுத்தி விட்டான்? விட்



டால் என்ன, கண்டிப்பாக அவமானப் படுத்துவார். ஏற்கெனவே இருவரும் பட்ட அவமானங்கள் போதாதா?

ஆர்த்தியின் செல்ஃபோன் ஒலித்தது. அப்போது அக்காதான்.

"ஹாய்க்கா, எப்படி இருக்கே?"

"நல்லாருக்கேன். அம்மா, அப்பா எப்படி இருக்காங்க?"

"அக்கா, அம்மா நல்லாதான் இருக்காங்க. அப்பாவுக்குத்தான்..."

"அப்பாவுக்கு என்ன?"

"உனக்குத்தான் தெரியுமே. கொஞ்ச நாள்லவே அடிக்கடி நெஞ்சு வலி வருமே. நாலு நாள் முன்னாடி மொட்டை மாடியிலின்று எல்லாரும் சாமி ஊர்வலம் பார்த்துட்டிருந்தோம். திடீர்னு மயக்கம் வருதுன்னு சொன்னாரு. அப்படியே சாய்க்கிட்டாரு. விவரம் ஹாஸ்பிடல்ல அட்மிட் பண்ணோம். காப்பாத்திட்டாங்க. ரெண்டு நாள் ஐ.சி.யுல இருந்தாரு. இப்ப தனி ரூம் குடுத்துட்டாங்க. மைஸ்ட் அட்டாக்தான் சுவலைப்பட வேண்டாம்னு சொன்னாரு டாக்டர். இப்ப நான் ஹாஸ்பிடல்தான் போய்ட்டிருக்கேன்."

"நாலு நாள்சின்னே, ஏண்டி சொல்வலை? பார்த்தியா, நீயும் என்னை ஒதுக்கி வெச்சிட்டே, அப்படித்தானே?"

"இல்லக்கா, உன் பேரை எடுத்தாலே அவருக்கு பி.பி. எகிறுது. சொன்னா நீ வந்து பாக்கனும்னு ஆசைப்படுவே.

வந்தா அவரு ஆசையா பேசுவாரா? இல்ல அவட்சியப்படுத்துவாரா? எல்லாருக்கும் கஷ்டம். அதனால்தான்... அக்கா... ப்ளீஸ்.. அழாதே..."

"விவரம் ஹாஸ்பிடல்தானே சொன்னே? நும் நம்பர் என்ன?"

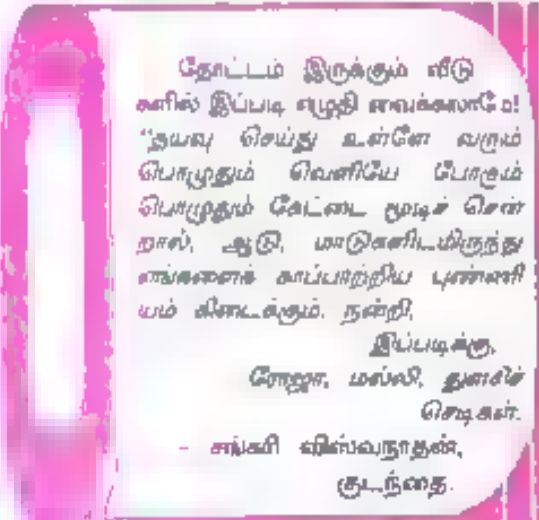
"117. அம்மாகூட உங்கிட்ட சொல்ல வேணாமனுதான் சொன்னாங்க. தீய ஃபோன் பண்ணிக் கேட்டதுக்கப்பறாம் என்னா மறாக்க முடியலை. மாமாவைக் கேளு. நல்லா யோசனை பண்ணிட்டு அப்புறம் வா. ஹாஸ்பிடல் வந்துடுச்சிக்கா. அரை மணி நேரம் கழிச்சி நாலே கூப்புடேன். என்ன?"

முதல் மாடியில் அரை எண் 117க்குள் வந்தபோது, கூட்டிலில் அப்பா இல்லை. அம்மா கையில் சின்னதாக அம்மன் படம் வைத்துக்கொண்டு ஒவ்வொரு இல்லாமல் பிரார்த்தனையில் இருந்தாள்.

"ஏதோ டெஸ்ட் பண்ணினும்லு கூட்டிக்கிட்டுப் போயிருக்காங்க. ஆர்த்தி, பெரிய டாக்டர் நீ வந்ததும் வந்து பார்க்கச் சொன்னாரு. எங்கிட்டயே சொன்னா என்ன? எதுக்கு உன்னை வரச் சொன்றாரு? பயமா இருக்குடி. ஏதாக்கம் குண்டைத் தூக்கிப் போடப் போறாரா?"

அம்மாவைச் சமாதானப்படுத்திவிட்டு டாக்டர் விவரமில் அலுவலைய நோக்கி நடந்தாள் ஆர்த்தி.

(தொடரும்)



தோட்டம் இருக்கும் வீடுகளில் இப்படி எழுதி எலவக்கலாமே! "தயவு செய்து உள்ளே வரும் பொழுதும் வெளியே போகும் பொழுதும் தேட்டை மூடிச் சென்றால், ஆடு, மாடுகளிடமிருந்து எங்களைக் காப்பாற்றிய புண்ணியம் கிடைக்கும். நன்றி.

இப்படிக்கு, ரோஜா, மல்லி, துளசிச் செடிகள்.

- எங்கு விஸ்வநாதன், குடந்தை.

# இரத்த சர்க்கரை பரிசோதனை இப்போது டிகோட் ஆகிவிட்டது

நீரிழிவால் பாதிக்கப்படும் ஒரு நபர் வாழ்க்கையில் சில முக்கிய விஷயங்களை சரிவர வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் அவை உணவு முறை, உடற்பயிற்சி, மருந்து.

அவர்கள் மனதில்  
தோன்றும் முக்கிய  
கேள்விகள்:

நான் என்ன சாப்பிட  
வேண்டும் எவ்வளவு சாப்பிட  
வேண்டும்?

எனக்குத் தேவையான உடல்  
உடைப்பு நடவடிக்கைகள்  
என்ன?

எனது  
இடக்கண்  
மற்றும்  
இதர  
மருந்து  
அளவுகள்  
என்னவாக  
இருக்க  
வேண்டும்?



இந்த கேள்விகளுக்கு கெய்வாம்  
ஒரு எளிய பதில் உண்டு. அது  
தொடர்ச்சியான இரத்த  
குளுகோஸ் கய கண்காணிப்பு  
பரிசோதனைகள்.

எனிலும், நீரிழிவு உடைய  
நபருக்கு மற்றுமொரு பெரிய  
கேள்வி பாக்கி உள்ளது - அது

நான் சரியான குளுகோ-  
மீட்டரை தேர்ந்தெடுப்பது  
எப்படி?

குளுகோமீட்டரைத் தேர்ந்  
தெடுக்கும்போது எளிதாகப்  
பயன்படுத்தக்கூடிய

மரு

வசதியான மற்றும்  
துல்லியமான முடிவுகளைக்  
காட்டும் ஒன்றைத்  
தேர்ந்தெடுப்பது மிக முக்கியம்.  
ஒரு குளுகோமீட்டரில் கோடிங்  
டெஸ்ட் ஸ்டிரிப்புகளின் எதிர்



வினைவு உடன் இரத்த  
குளுகோஸ் மீட்டர் ஒப்பிடும்  
ஒரு முறை) செய்யும்  
அசெளகரியத்தை தவிர்ப்பதில்,  
ஏனெனில் தவறுதலான  
கோடிங் ஆல் துல்லியமற்ற  
முடிவுகள் உங்கள் சிகிச்சை  
தீர்மானங்கள் மீது பெரும்  
தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும்

இதற்கு பதிலாக No Coding™  
technology உள்ள CONTOUR TS  
பயன்படுத்துங்கள் இது ஒரு  
புதிய பரிசோதனை ஸ்டிரிப்  
செருகப்  
படும்கோடு  
தல்லாமல்  
தானே  
சரியான  
கோட்டி  
செட் செய்கிறது. சில  
பரிசோதனை ஸ்டிரிப்புகள்  
ஒவ்வோர் இது மிகவும்  
துல்லியமான முடிவுகளை  
அளிப்பதால் தவறுதலாக  
கோட் செய்யப்பட்ட மீட்டர்கள்  
காரணமான துல்லியமற்ற  
முடிவுகளுக்கான வாய்ப்பு  
குறைவாகும்.



கருதல் தவறுக்கு உங்கள்  
மருத்துவரை தொடர்பு  
கொள்ளுங்கள் அல்லது  
எஸ்எம்எஸ்: 56787555

அனைத்து பெரிய மருந்து  
கடைகளிலும் கிடைக்கும்.  
**No Coding. No Confusion.**

என்

ஒரகத்தி மகன் சரியான இரட்டை வால், ஒருமுறை டி.லி.யில் சாமி முன் கப்பா பாதம் பாடுவதைக் காண்பித் தார்கள். அது என்ன என்று கேட்டான். "அது கப்பாபாதம். கவாபிணா எழுப்புவதற்காகப் பாடுகிறார்கள்" என்றேன். கப்பாபாதம் முடிந்து அபிஷேகம் காண்பித்தார்கள்.

அதற்கு அவன், "கவாபி எழுத்து



மகன்தான் விடாமல், "கே. கேள்விக்குதானப்பா பதில் சொல்வேன். நீங்க நடிகை பாடி எவற்றைகள் நான் மனசைக் கொட்டி நல்ல எப்பதைக் கொடுத்துக் கூடுதலாகச் சொல்வேன்" என்றானே பதில்களாய்.

- கே.பி. தேவி பெருமான், சென்னை - 1,

என்றுண்டா. நம்பியின் குற்றை அபிஷேகத்துக்கு இரண்டரை வயதுதான் ஆகிறது. அவர்கள் சேலத்திற்கு அவ்வூரணா பா தந்தா வீட்டுக்குச் சொந்தவர். அவர்கள் சொல்பவஸ்கின் பெயர் 'மொபி' அவனுக்கு



**மொபி**

ஒரே சந்திரனாய். அவன் அவனுடைய அம்மாவிடம், "தாம்ப நெக்ஸ்ட் எதுமோ மொமோம்?" என்றான். அவனோ, "தாத்தா வீட்டிற்கு"

கொன்ன மாட்டேன்றாகுந்து அவரு 'மொபி' தண்ணீர் காற்றுக்கிராக்கலாய்" என்று அப்பாவியாகக் கேட்டானே பதில்களாய்.

- எஸ். கோமகாசி மீனா, வேலப்பாடி.

என் கணவரும், மகனும் டி.லி.யில் மனசிஷா கொய்யாணா நயாங்கயாக நடத்த ஒரு பாடத்தைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார்கள். என் கணவருக்கு கதாநாயகி யார் என்று தெரியவில்லை.

என் மகனிடம், "அந்தக் கதாநாயகியாகுடா?" என்றார். உடனே என் மகன் "மனசை கொய்யாணப்பா" என்றான் தன்னை மகன் நக்கல் செய்வதாக எண்ணி, "என்னடா, நான் என்ன கேட்டேன், கிண்டலா பதில் சொல்றே?" என்றார். என்

என்றான்.

அபிஷேக உடனே, "துய்யை, அம்மா தாம்ப பொருத்த விடா புருந்த வீடா" போய்வான் என்றான்.

அவன் அம்மா "நெக்ஸ்ட்..." என்றான்.

அவன், "கொண்டுகண்டி" என்றான்.

அவன், "நெக்ஸ்ட்..." என்றான்.

அவன், "அரமியா", "பாட்காபிபே"

என்றான்.

அவன் அப்போதும் விடாமல்,

"நெக்ஸ்ட்..." என்றான்.

அவன் உடனே, "குரங்குற பஸ்ஸே"

என்றானே அங்கிருக்கும் அனைவரும்

கைகொட்டிச் சிரித்தனர். எல்லாம் பெருமியில் களின் தாக்கம்

- கே. பார்வதி முத்ரிவாஸன், பெங்களூரு - 3.



என் மாமாவின் நான்கு வயது பேரன் ஆதித்யா, பள்ளிக்கு எந்த மதிய உணவைக் கட்டித் தந்தாலும்கூட சாப்பிடாமலேயே திருப்பி எடுத்து வந்து விடுவான்.

ஒருநாள் அவனுடைய அம்மா சப்பாத்தி செய்து தந்தாள், அன்று டிபன் பாக்ஸ் கூலியாக வந்தது. அகனா அவள் அடிக்கடி சப்பாத்தி செய்து அனுப்பினாள்.

சப்பாத்தி கட்டிக் கொடுக்கும் நாட்களில் எல்லாம் டிபன் பாக்ஸ் கூலியாக வந்ததால் அவள் மிகவும் மகிழ்ந்து போய், ஆதித்யாவிடம்,



# கொப்பராளா உப்பா?

"ஏண்டா, அம்மா இனமும் சப்பாத்தியையே கட்டலா? எனக்கு சப்பாத்தின்னா அவ்வளவு பிடிக்குமா?" என்று கேட்டதற்கு அந்தச் சுட்டி, "ஆமாம்மா, இனமும் சப்பாத்தியே கட்டிக் கொடுங்க; எங்க ஸ்கூலிலே இருக்கிற வாக்ஸ்களுக்கு சப்பாத்தி மட்டும்தான் பிடிக்குது. மத்த டிபன் எதையும் சாப்பிட மாட்டேங்குது" என மறுவையில் கூற,

அனைவரும் சிரித்து விட்டோம்.

- தித்யா ரமேஷ், சென்னை - 57.

என் மகன், சித்து இரண்டு வயது குழந்தையாக இருந்த பொழுது சுதந்திர தின நாள் வந்தது. என் அம்மா, மாலை உப்புச் சடை செய்தாள். சித்து தூங்கி எழுந்தவுடன் டி.வி.யில் கொடி ஏற்றும் விழாவில் தெரிய சீதம் பாடப்படுவதைக் காட்டி வார்கள்.

"அம்மா, இது என்ன?" என்று கேட்க, நான் உலகியைப் பார்த்துக் கொண்டே, "இது நேஷனல் ஆஸ்தம்" எனச் சொன்னேன்.

சித்து அது உப்புச் சடையில் பெயர் என நினைத்து, இன்றும், "அம்மா, எனக்குச் சாப்பிட நேஷனல் ஆஸ்தம் தா" எனக் கேட்டு சிரிக்க வைப்பான்!

- கவிதா கணேஷ்,

பெங்களூர்.



ஆ

ண்களுக்கு மட்டும்தான் மாரடைப்பு வரும் என்பது தவறு என்று, 1989 ஆம் ஆண்டு ஸ்ப்ரமிங்ஹாம் ஆய்வு வெளியிட்டிருக்கிறது. அதிலும் அதிர்ச்சியூட்டும் அம்சம், மாரடைப்பு வந்தவர்களில், ஒரு வருடத்துக்குள் மரணமடைகிறவர்கள் ஆண்கள் 10 சதவிகிதம் என்றால், பெண்கள் 40 சதவிகிதம்!

இடதுமார்பில் ஒர் யானை உட்கார்ந்திருப்பது போல ஆண்கள் உணர்வார்கள். மார்பு எலும்பில் கீழே, மேல் வயிற்றுப் பகுதியில், அகே வலியைப் பெண்கள் அனுபவிப்பார்கள். இந்த வலி வரும்போது, வியர்த்துக் கொட்டும், தலை வேளாகி விடும், வாந்தி வரும், ஆனால் இவை அஜீர்ணக் கொளறு அல்லது மெயோபாயம் அறிகுறி என்று தயாராக நினைத்து விடுகிறார்கள். ஏனோ உடையாக உட்காரப் பார்ப்பதைத் தள்ளிப் போடுகிறார்கள்.

அதிலும், பெண்கள் தங்கள் நோயின் அறிகுறிகளை உட்காட்டும் சொல்லுவதை ஏன் தாமதப்படுத்துவார்கள். உட்காட்டும் பெண்களுக்கு மாரடைப்பு வரும்போது, ஆண் நோயாளிகளிடம் சி.சி.டி. போன்ற பரிசோதனைகள் செய்யச் சொல்வது போல், பெண்களிடம் சொல்வதில்லை.

தெஞ்சுவலி சம்பந்தப்பட்ட அறிகுறிகளை வெளிப்படுத்துவதில் ஆண்களுக்குப் பெண்களுக்கும் நிறைய வேறுபாடுகள் இருப்பதால், பரிசோதனை முடிவுகளில், பெண்களைப் பொறுத்தவரை நம்பகத்தன்மை இருப்பதில்லை.

மூன்றில் ஒரு பங்கு பெண்களில், உடற்பயிற்சியில் தாக்கத்துக்குப் பிறகு, மாறுபாடுகள் எதுவும் இல்லாதபோதே, இருப்பதாகக் காட்டுகின்றன. பயிற்சியில் போது, ஒர் ஆரோக்கியமான பெண்ணின் இதயத் துடிப்பு, CADயின் போது வெளிப்படும் இதயத் துடிப்பைப் போலவே இருக்கும். ஈஸ்ட்ரோஜன் அளவுகளில் உள்ள மாறுதல்கள் இதற்குக் காரணமாக இருக்கலாம். மருத்துவர்களும், டெக்னீஷியன்



# மகளிருக்கும் வரும்

களும் பெண்களில் சி.சி.டி முடிவுகளைக் கணிக்கும்போது வெகு கவனமாக இருக்கிறார்கள். பொதுவாக, இந்தச் சோதனை பெண்களைப் பொறுத்தவரை நம்பும்படி இருந்தாலும், மார்பகத் திசுக்கள் இதயத்தின் சரியான நிலையை வெளிப்படுத்தாமல் மறைத்துவிடும்.

எனவே Sphygmocor முறை பரிசோதனை ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் செய்து பார்க்கலாம். இது சென்னையில் சில மருத்துவமனைகளில் மட்டுமே இருக்கிறது.

பெரும்பாலும் நீங்கள் எப்படி உணருகிறீர்கள் என்பதைப் பொறுத்தே சிகிச்சை கொடங்குகிறது. வலி, அழுத்தம், அசௌகரியம் அல்லது ஒரு குறிப்பிட்ட தற் குறியை நீங்கள் உணர்ந்தால், உங்கள் உடல்நிலையில் நீங்கள் கவனம் செலுத்த வேண்டும் என்ற எச்சரிக்கையே அது. ஒரு குறிப்பிட்ட அறிகுறியோ, பல அறிகுறிகளோ, நபருக்கு நபர், நிலைமைக்கு நிலைமை, மாறுபடும்.

ஒருவருக்கு எவ்வளவுத் தாங்க முடியா

மல் இருக்கலாம். இன்னொருவருக்கு அது தெரியவே தெரியாது. வலி என்பது அவர் அனுபவிக்கும் அளவைப் பொறுத்தது. திணைமையின் நிலிரத்தை அது குறிப்பாக உணர்த்தாது. ஒருவர் பாதிக்கப்பட்ட இதயத்தோடு இருக்கலாம். ஆனால் எவ்வித அறிகுறியும் இருக்காது. மாறாக, எந்தக் காரணமும் இல்லாமல், ஒருவர் பயங்கர வலியை அனுபவிக்கலாம்!

உங்கள் மருத்துவர் உங்கள் வலியை விளக்கச் சொல்லுவார். உங்கள் டாக்டர் உங்களை எதுவும் கேட்கவில்லை என்றாலும், உங்களுக்கு அசௌகரியம் இருந்தால் அவரிடம் தெரிவியுங்கள். உங்கள் உடலில் எந்தக் குறிப்பிட்ட பாகத்தில் வலி

டைக் கோனாறு அல்லது மாக்விவக்குக்கு முந்தைய நிலைமை என்று மருத்துவர்கள் முடிவு எடுப்பதுதான். இதய சம்பந்தமானது என்று முடிவு செய்ய இயலாத அளவுக்கு, பெண்களின் நோய் அறிகுறிகள் இருக்கின்றன. பெண்கள் நோய் அறிகுறிகளை அவர்களாகவே அறிவதும் இல்லை. மாறாடப்பு விஷயத்தில் அறிகுறிகளைத் தெரிந்துகொள்வது அவசியம்.

**பெரும்பாலான மகளிர் மாறாடப்புக்கு அறிகுறிகள் -**

★ வயியோ, அழுத்தமோ நெஞ்சி னிருந்து கிளம்பி கைகளுக்கும், தாடைக் கும் பரவுவது.

★ நெஞ்சில் எரிச்சல், வயிற்றின் மேற் பகுதி எரிச்சல்.

★ மூச்சுத் திணறல், சீராக இல்லாத இதயத் துடிப்பு, தலைகற்றல், வியர்வை, சோர்வு, வாந்தியெடுக்கல்.

அஞ்சானா அடிக்கடி வந்தால், அது மாறாடப்பின் அறிகுறி. உடனே டாக்டர்

ஹப் பார்க்க வேண்டும்.

அடைப்புகளை அகற்றவோ,

இரத்த நாளங்களில் இரத்த ஓட்

டத்தை மெலிதாக்கவோ, மருந்து

கள் இருக்கின்றன. கரோனரி

பலுஷ் ஆர்த்ரியோ பிளாஸ்ட்டி.

கரோனரி ஆர்ட்டரி பைபால்

அறுவை சிகிச்சை, இரத்த

ஓட்டக் தடைவை விலக்கி

விடும். அடுத்தடுத்து அறுவை

சிகிச்சை செய்து கொள்ள விரும்

பாதவர்கள், வேறு வகை

சிகிச்சைகள் மூலம், Oxymed மருத்துவ

மனையில் நங்குமலையே உயிர் பிழைக்க

வும்.

**விவரங்கள் அறிய:**

பாப்ட் பி. அயாஸ் அஃப், தலைவர்,

ஆக்ஸிமெட் ஹாஸ்பிடல்ஸ் பி

லிமிடெட், ஆலோசகர்: பிரிவெண்டிவ்

காங்க்யூலஜிஸ்ட் செலேஷன் &

பியோ ஆக்ஸிமெடில் தொபிஸ்ட்

பெண் : 044-42131010/1014/1016

e-mail: oxymedhospitals@yahoo.com

website : www.oxymedhospitals.in

# மாறாடப்பு!

இருக்கிறது? எந்த அளவுக்கு இருக்கிறது? நீவிர்மாக இருக்கிறதா? மழுப்பலாக இருக்கிறதா? ஒய்வு எடுத்தால் குறைகிறதா? இரவிவா, பகலிவா - எப்போது அசௌகரியமாக இருக்கிறது?

இதயத்துக்கு ஆக்ஸிஜனோடு கூடிய இரத்த ஓட்டம் திறுத்தப்பட்டால் மாறாடப்பு வரும். நீவிர்மான நெஞ்சுவலி.

அல்லது இடதுதோள்பட்ட வழியாகக் கைலில் பரவுவது. பின்பக்க வலி, பற்கள் அல்லது தாடைப் பகுதி வலி, இவைதாம் அறிகுறிகள்.

அமெரிக்காவில் சுமார் 2½ லட்சம் பெண்கள் இதயநோய் காரணமாக மாறாமடைகிறார்கள். Oxymed மருத்துவமனையில் Angio Cartogram/Spysmocar மூலமாக இதயத்திலிருக்கும் அடைப்புகளை ரூபாய் 4500/- செலாவில் மட்டும் கண்டறியலாம்.

பெண்களைப் பொறுத்தவரை அதிர்



★ டாக்டர் பி. அயாஸ் அஃப்



இந்த மாதம் 'என்க வாழ்க்கை' பகுதிக்காக, மேஜிக் ஷோ நடத்த சென்னாக்கு வந்த உலகப் புகழ்பெற்ற மேஜிக் நிகழ்ச்சிகளான டே லால் மற்றும் அவரது மகன் ஜூனியர் லால் குழுவில் இடம்பெற்றுள்ள பெ ண் க ள் எ ள் ச் சந்தித்தோம்.



## உலகு விட்டு

பத்து பெண்கள் இருப்பார்கள்.

● இந்தியாவின் மிகப் பிரபலமான மேஜிக் நிகழ்ச்சிகள் ஏறத்தாழ அவை வருமே மேற்கு வங்காளம், குஜராத் அவ்வது கோளாவைச் சேர்ந்தவர்கள் என்பதாம். அந்தக் குழுக்களில் பணியாற்றும்பவர்கள் அனைவரும் அதே மாநிலத்தைச் சேர்ந்தவர்களாகவே இருப்பார்கள். மேலையில் பங்கேற்பவர்களில் பன்னிரண்டு முதல் பதினான்று பேர் ஆண்கள். எட்டு முதல்

● பொதுவாக, குறும்பத்தை, சொந்த உணர்விட்டு பல மாநிலங்கள் தனித்தனியாக இருக்க வேண்டும் என்பதாம். மேஜிக் குழுக்களை நடத்துபவர்கள் மீது முழுமையான நம்பிக்கை இருந்தால் மட்டுமே பெண்களை மேஜிக்-ல் சேர அனுப்புவார்கள். எனவே, பெரும்பாலும் மேஜிக் குழுவில் பணியாற்றும்பவர்களின் உயர்வு மற்றும் தெரிந்தவர்கள்தான் மேஜிக் குழுவில் சேர்ந்த



பணியாற்ற முன்வருவார்கள். சில சமயங்களில் பத்திரிகைகளில் விளம்பரம் கொடுத்து ஆன் எடுப்பதும் உண்டு.

- 'மேஜிக் குழுக்களில்' பல வயதுடைய ஆண்களும் பெண்களும் ஒன்றாகப் பணியாற்ற வேண்டி இருப்பதால், ஒழுக்கம் மிக மூக்கியாம். புகிய இடங்களில், பெண்கள்

முடியும். வலிற்றுப் பிழைப்புக்காக வேளைக்கு வந்தால் சிக்கிரமே மட்டு கிழிந்துவிடும். குழுவில் சேர்ந்த முதல் பந்து பதிலைத்து நாட்களுக்கு ஒவ்வும் சொல்லிக் கொடுக்க மாட்டார்கள். பார்வை யாவர்களோடு அமர்ந்து ஒவ்வொரு டைட்டிலாகவும் உவ்விப்பாகக் கவனித்துப் பழக வேண்டும் ஒவ்வொரு டைட்டம் முடிந்தவுடனும், அங்கத்தில் ஏற்படும் பவந்த கைத்தட்டல் அவர்கள் மனதில் படிப்படியாக ஆர்வத்தை அதிகரிக்கும். தாம் மனம் ஏற்படுத்தும்

# வந்து



தவியாக ஊர் கற்றப் போகக் கூடாது என்பது விதி. அவசியமானால், முன் அனுமதி பெற்று நாளடைந்து போர் சேர்ந்து போகலாம். பொதுவாக காத்திருக்கும் கூடா என்றாலும், சில குழுக்களில் காத்திருந்துக் கிருமணம் செய்துகொண்டவர்களும் இருக்கிறார்கள்.

- மேஜிக் கில் உண்மையானாடுபாடு இருந்தால் மட்டுமே தாக்குப்பிடிக்க

காண அதைப் போன் ஆர்வமுடன் எதிர்பார்த்துக் காத்திருப்பான். ஊன் பிறகு, காணும் மற்றவர்களைப் போல மீறாது, ஏறி மேஜிக் திகழ்ச்சியில் பங்கேற்க முடியும்.

● சாப்பாட்டு விஷயத்தில் நாங்கள் மிகவும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். உணவு விஷயத்தில் கட்டுப்பாடு இல்லை என்பது கொஞ்சம் தராவாம். சாப்பிட விட்டால், உடம்பு பெருத்துவிடும். மேலையில் துடிப்புடன் இயங்குவதைப் பாதிக்கும். எனவே, உடம்பை சிக்கென்று வைத்துக் கொள்ள வேண்டியது மிகவும் கட்டாயம்.

● மேஜிக் குழுவில் பணிபுரியும் பெரும்பாலான பெண்கள் திருமணத்தைக் கூடியவரை தள்ளிப் போடுவார்கள். ஒருகட்டத்தில் குடும்பத்தினரது அலோசனையை ஏற்று





● ஃபிரான்ஸ் நாட்டில் எங்கள் ஷோவை நடத்த அழைத்த ஒருவர் எங்கள் குழுவுக்கு இரண்டு கேடி ரூபாய் அளிக்க முன்வந்தார். ஆனால், அந்த அழைப்பை எங்கள் கீனியா லால்ஜி ஏற்க மறுத்து விட்டார். காரணம், குழுவின அணைத்துப் பெண்களும் முக்கித் நிவாணமாக உடை அணிந்துதான் மேடையில் தோன்ற வேண்டும் என்ற நிபந்தனை போட்டார் அந்த ஸ்பான்சர்.

“இந்தியப் பாரம்பரியத்தில் வந்த எங்கள் பெண்கள் அப்படியெல்லாம் மேடையில் தோன்ற மாட்டார்கள். உங்கள் பணமே எனக்கு வேண்டாம்” என்று முகத்தில் அடித்தாற்போல பதிலளித்தார் லால்ஜி.

நிகுமணம் செய்துகொண்டு, மேஜிக் குழுவிலிருந்து விலகிவிடுவார்கள். நிகுமணமான பெண், குடும்பத்தை விட்டுவிட்டு ஊர் ஊராகச் செல்ல முடியுமா? அவ்வது குழந்தை பெற்றுக் கொள்வதைத்தான் தள்ளிப் போட முடியுமா?

● ஏதாவது ஊருக்கு வந்து இருக்கிறோம் ஒருநார்க்கு விடாமல் தொடர்ந்து ஒரு மாதம் வரைகூட நிகழ்ச்சி நடக்கும். வருடத்தில் இரண்டு, மூன்று முறை ஊருக்குச் சென்று குடும்பத்தினரைப் பார்க்க முடியும். இடையில் வீட்டில் விசேஷம் என்றால் சென்று வரலாம் என்றாலும், எந்த ஊரில் நிகழ்ச்சி என்பதைப் பொறுத்தது அது.

● நிறென்று உடல்நலக் குறைவு ஏற்பட்டால், மேஜிக் குழுவில் உடனடியாக மருத்துவமனையில் சேர்த்து சிகிச்சை அளிக்க ஏற்பாடு செய்வார்கள். அதற்கான செலவையும் முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்வார்கள். இருப்பினும், உடம்பு சரி இல்லையென்றால் அவரவர் குடும்பத்தினரது கவனிப்பே தனிதானே! சென்னையில் மேஜிக் நிகழ்ச்சி நடந்தபோது, ஏழு மேஜிக் ஐட்டங்களில் பங்கேற்கும் பெண்ணுக்கு வைரஸ் ஜூஸ் வந்துவிட்டது. ஆஸ்பத்திரியில் சேர்த்து தொடர்ந்து டிரிப்ஸ்

ஏற்றும்படியானது. அந்தச் சமயத்தில் எங்களில் யாவாவது ஒருவர் மாற்றி மாற்றி ஆஸ்பத்திரிக்கும் போய்க்கொண்டு, அவர் இடம்பெற வேண்டிய மேஜிக் ஐட்டங்களில் நாங்கள் பங்கேற்று, எந்த விகிதமான தடவ்களும் இவ்லாமல் பார்த்துக்கொண்டோம்.

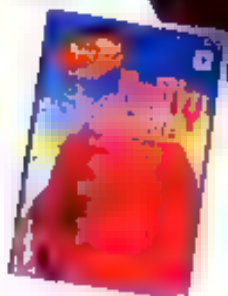
● பல ஊர்களுக்கும் செல்லும்போது, அந்தந்த ஊர் சாப்பாடு சாப்பிடுவது உடல் நலத்தைப் பாதிக்கும் என்பதால் நாங்களே தான் சமையம் செய்து கொள்வோம். ஆண்டுகளுக்கும், பெண்களுக்கும் தனி யிடம்; தனி சமையம்; மானவலில் அரங்குக்குப் புறப்படுவதற்கு முன்பாக, இரவு சாப்பாட்டுக்குச் சமைத்து வைத்துவிட்டுப் போக வேண்டும்; இரவு நிகழ்ச்சி முடிந்து நிகும்பும்போது சோர்வாக இருக்கும்; மானவலில் சமைத்த உணவைச் சூடாக்கி சாப்பிடுவோம்.

தொகுப்பு, படங்கள் :  
எஸ். சந்திரமௌலி





**கீதன் கவை சுற்றந்தவர்கள்  
மற்றொன்றை தேடுவதில்லை!**



**ICE CREAM POWDER  
CUSTARD POWDER  
JELLY CRYSTALS  
CORN FLOUR  
BAKING POWDER**

**Mfg. & Packed by  
ROOPAM ENTERPRISES  
CHENNAI-600 035**

CHENNAI-600 035

**புனித யாத்திரை**

**49 வருட அனுபவமுள்ள ஸ்தாபனம்**

**ஸ்தாபகர் : வி.கப்பாராவ**

**எஸ.பத்தி**

**ESTD - 1959**

**வேறு கிளைகள் கிடைப்பாது**

3.7.2008	4 நாட்கள் கொண்ட மதுரையாசை பாததினம் - தொண்டி, சீ. காவம், மதுரையாசை மகாநதி, அரோலிமம் ஆகியவை கட்டணம் ரூபாய் 2500/- (212 புரட்சிப் பஸ்)
14.5.2008	
15.9.2008	5 நாட்கள் கொண்ட கசி, கப, கொடை, முத்திரை சிவகாம, கோடை, அலகாபாத், எதமமாணியம், பிப்பித்தம் ஆகியவை தொண்டிமகா கட்டணம் ரூபாய் 20000/-
12.7.2008	12 நாட்கள் கொண்ட கசிபாததினம் - பூரி, புவனேஸ்வரி, கோண்ட, கசி, கப, அலகாபாத், அயோத்தியா, எதமமாணியம் ஆகியவை கட்டணம் ரூபாய் 8500/-
8.9.2008	
1.8.2008	14 நாட்கள் கொண்ட மதுரையாசை பாததினம் - பாம்பே, நாகர்கோட்டை, பஞ்சவடி, திரிசுப்பேட்டை, சீவ, சனிசுப்பேட்டை, தாண்டிபு, பண்டிபு, பிமாசுவர், மகாபிளேஸ்வரி, மூலகாரேஸ்வரி, எவத்தியாபுரம், உதாபுரி அலகாபாத் ஆகியவை கட்டணம் ரூபாய் 7400/-
5.9.2008	
19.8.2008	14 நாட்கள் கொண்ட பஞ்சமகாசை பாததினம் - அலகாபாத், பாம்பே, துவாரகா, பேட்டி துவாரகா, தாகேஸ்வரி, மூரிசித்திரமகா, பௌபதா, புவர், மதுரையாசை, அலகாபாத், மயூட்ட அபு, சோந்தா, பூத்தி துவாரகா, கங்குலி, கோதி துவாரகா ஆகியவை கட்டணம் ரூபாய் 7500/-
10.9.2008	
15.10.2008	12 நாட்கள் கொண்ட திவாரி காவலாசை, கசிபாததினம், பூரி, புவனேஸ்வரி, கோண்ட, கசி, கப, அலகாபாத், அயோத்தியா, எதமமாணியம் ஆகியவை கட்டணம் ரூபாய் 8500/-
14.7.2008	9 நாட்கள் கொண்ட திவாரி காவலாசை, கசிபாததினம், கசி, கப, அலகாபாத் ஆகியவை, கட்டணம் ரூபாய் 4500/- (14.8.2008, 14.9.2008, 11.11.2008, 20.12.2008)
23.10.2008	

12 நாட்கள் கொண்ட திவாரி காவலாசை, கசிபாததினம், பூரி, புவனேஸ்வரி, கோண்ட, கசி, கப, அலகாபாத், அயோத்தியா, எதமமாணியம் ஆகியவை கட்டணம் ரூபாய் 8500/-

**மேலும் விவரங்களுக்கு: ஸ்ரீவிஜயா டிராவல்சர்வீஸ்**

**Old No.29, New No.18, ஆரிமுக்த ஆசாசி தெரு, திருவன்கிடுகேணி, கொள்ளை-600 005.**



# புதுவது பாகற்காய் சப்ஸ்!

பரிசுறாகாய் 250

கிராம் வாங்கி,  
வட்டமாக பொரியலுக்கு  
நறுக்குவது போல் நறுக்கி ஒரு  
பாத்திரத்தில் போட்டு,  
தேவையான அளவு உப்புப்  
போட்டு குளுக்கி வைக்கவும்.

ஒரு சிறிய எலுமிச்சம் பழம்  
எடுத்து நறுக்கி விதைகளை  
நீக்கிவிட்டு, ஐயை பாகற்காய் மேல்  
பிழியவும். மீண்டும் நன்கு  
குளுக்கிவிட்டு, மூடி போட்டு ஓரிகு



நாட்கள் ஊறவிடவும்.

[டப்பிட்டில் கூட வைக்கலாம்]

பிறகு எடுத்து வெயிலில்  
காயவைக்கவும். நன்கு  
காய்ந்ததும், சிறிதளவு  
எண்ணெயில் பொரித்து  
எடுக்கவும். பொரித்ததில்  
காரம் மட்டும் சேர்த்து  
நன்கு குளுக்கி

வைக்கவும்.

நாட்கணக்கில்  
கெடாமல் இருக்கும்.  
புனிப்பின் காரணமாக கசப்பு  
குறைந்து 'செம டேஸ்ட்' ஆக  
இருக்கும். சாதாரணமாக,  
பாகற்காயை வெறுமனே  
நறுக்கிக் காயவைத்து  
பொரித்தால் அளவு  
சுருங்கிவிடும். ஆனால், இந்த  
முறையில் அளவு மாறாமல், பாகற்காய்  
சைஸ் அப்படியே இருக்கும்.

- எஸ். விஜயலக்ஷ்மி,  
ஹைதராபாத் - 50.



நம் வீட்டு வேலைக்  
காரிக்கு மாதா மாதம் ஒன்றா  
ணாம் தேதி அன்றே புது  
நோட்டாக சம்பளம் தர  
வேண்டும். இதில் நமக்கும்  
அவர்களுக்கும் மகிழ்ச்சி  
கிட்டும.

- லக்ஷ்மி கணபதி,  
கோவை.

ATTENTION : 10TH / +2 / GRADUATES / HOUSEWIVES / TEACHERS



# SRI VENKATESWARA Montessori / Kindergarten Teachers Training School

H.O. A.T Nagar Annexa  
(Vijayambakkam), Chennai - 600 087,  
Ph : 32991088 Cell : 94442 07508, 98415 90855

(AME Syllabus) (Regd.)

## COURSES OFFERED:

- Diploma Course - 6 Months
- Advanced Diploma Course - 1 Year
- Do in DECE (TNOU) - 1 Year
- Dip. in Infant Toddler (Day Care / Cèche) - 6 Month / 1 year
- B Ed (Under distance education - Integrated Course) - 1 Year
- Play School Consultancy (Holistic Method)

English / Tamil

## Branches

AT Chennai - Vayambakkam - T Nagar - Ambalur - Perambur  
- Madhavaram - 34432 07508, And - 34448 05852 - Vyasarpadi -  
- 321 35627 - Tambaram - 99401 92797 - Trumullur -  
- 443 77825 AT TAMILNADU - Vellore - 54433 20177 - Chennai -  
- 9945 90132 - Pondicherry - 99944 48045 - Vedaranyam - 93677  
- 1010 - Vadalur - 54423 15592 - Chidambaram - 97881 17861  
- Coimbatore - 93632 62320 - Madurai - 98428 92341 - Pannaiyuram -  
- 4433 12341 AT KERALA - Palakkad - 98475 33715 - Thiruvananthapuram -  
- 54465 56107 AT ANDHRA PRADESH - Vizag - 92471 50830  
- Hyderabad - 98661 32638 HYDERABAD - Mozam - 93473 87557  
- Jammu - 92455 15592 AT ANDAMAN - 94347 60085

For more details visit our website: [www.svtv.org](http://www.svtv.org)

STUDY CENTRES / FRANCHISES INVITED



100%  
JOB  
ORIENTED

# ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்

ஆற்றமனதின் சக்தி!



**ALPHA**  
MIND POWER

Enhance Your Mind & Empower Yourself

மனோவ சக்தி நுழைந்த பக்கச் சிவியுலகத்துப்பிழந்தையன்  
தூய்மை இத்தியாவின் பழமொழி எத்தனை அருமை உலக  
ஒரு நா ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்



- மன சிவியுலகத்துப்பிழந்தையன்
- மன உலகம் சிவியுலகம்
- உலகமனச் சிவியுலகம்
- உலகமனச் சிவியுலகம்
- உலகமனச் சிவியுலகம்
- உலகமனச் சிவியுலகம்
- உலகமனச் சிவியுலகம்
- உலகமனச் சிவியுலகம்
- உலகமனச் சிவியுலகம்
- உலகமனச் சிவியுலகம்

உலகம் மூலம் உலகமனம்  
ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்  
ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்  
பயிற்சி புத்தகம்  
ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்  
தமிழியல் தபால்  
மூலம் பெறலாம்

ஒரு நா  
பயிற்சி  
மட்டுமே!

## ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர் பயிற்சி புத்தகம்

ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி
ஒரு நா பயிற்சி	பயிற்சி

ஆர்.என்.புரட்சிமணி, 3வது தளம், 50, 51 ஆதலாடு ரோடு,  
சென்னை - 600 093. இத்தியல்  
பேன் : +91-44-2376 0007, 2376 5555  
மொபைல் : 98414 02000, 98412 72146

சென்னை : 1.0,08 & 29.0,08  
மும்பை : 22.0,08 & 13.7,08

E-mail : [alphamindpower@gmail.com](mailto:alphamindpower@gmail.com) [www.alphamindpower.com](http://www.alphamindpower.com)



ஏழ்மையில் இவ்வாறிய குடும்பத்தில் பிறந்த மும்மூர்தி தமது ஒன்பதாவது வயதில், 1938-ஆம் ஆண்டு வெளிவந்த "பலந்த" என்ற இதழ்த் திரைப்படத்தில், குழந்தை நட்சத்திரமாக அறிமுகமானார். முதல் படமே பெரும் வெற்றி இவரது அழகாலும், நடிகைத் திறமையால்.



கவிச் சாதனை" என்றே வர்ணித்தனர்.

மதுபாலா தம்முடைய பதினேழுபதாவது வயதில் கடந்தபோது, அவருக்கு உட்படிகை குறைவு ஏற்பட்டது. பிறவிபரிசேயே அவருடைய இருதயத்தில் சூதாடையாக இருப்பது கண்டறியப்பட்டது. படப்பிடிப்புத் தாமக்களியேயே மூலக் காரணம் எனத் தோன்றியது. இது வெளியில் யாருக்கும் தெரியாதவாறு சுகிரியாமாக, அழகான குடும்பத்தாரால் வைக்கப்பட்டிருந்தது.

பிறந்தது.

இந்திய சுகிரி கணம் பட்டுமயம் வந்து, அமெரிக்கா திரைப்பட சுகிரிகளையும் கவர்ந்ததால், நடிகை மதுபாலாவிற்கு, பாலம் அமெரிக்க திரைப்பட அமைப்பாளர் ஸ்தானி வட்டிலிருந்தும் நடிகைக்கு அழைப்பு வந்தது.

யாலும் கவரப்பட்ட

அக்கால பிரபல நடிகை தேவிகா ராணி, இவரது பெயரை 'மதுபாலா' என்று மாற்றியமைத்தார்.

1947-ம் வெளிவந்த 'நீல் கயல்' என்ற இதழ்த் திரைப்படத்தில் நடிகை மதுபாலாவுடன் ஜோடி போன்று, வெற்றிகரமாக தமது திரைப்படக் கதாநாயகி பயணத்தைத் தொடங்கினார் மதுபாலா.

வினாயில் தம்முடைய அழகிய புன்னகையாலும், வசீகரத் தோற்றத்தாலும் இந்திய திரைப்பட சுகிரிகளின் மனத்தில், நீங்கா இடம்பிடித்து நீங்கத் தொடங்கினார். இதனாலேயே சுகிரிகள், மதுபாலாவை "இந்தியத் திரைப்படச்

## அழகுக்கு

நடிகை மதுபாலாவின் தந்தை, ஹாலிவுட் திரைப்படங்களில் நடிகை அனுமதி மறுத்ததால், மதுபாலாவின் 'ஹாலிவுட்' திரைப்பட வாழ்க்கை தொடங்காமலேயே முடிவுக்கு வந்தது.

நடிகை திரைப்படாருடன் 'திரைப்படம்' திரைப்படத்தில் நடிகைகள் மூலம், அவரது நட்பு மதுபாலாவுக்குக் கிடைத்தது. பின்னர் இருவரும் 1951 முதல் 1957-ஆம் ஆண்டு வரை காதலித்து புகழ் பெற்றனர். ஆனால் இவர்களின் காதலுக்கு மதுபாலாவின் தந்தை பலத்த எதிர்ப்பு தெரிவிக்கவே நடிகை மதுபாலா தம்முடைய

டன் "காஸ்டி கா நாம் காடி" திரைப் படத்தில் கதாநாயகனாக நடித்த விஜய் குமாரசா 1960-ல் மணந்தார்.

அதே காலகட்டங்களில் நடிகர் அசோக்குமாருடன் 'ஹெரோ பிரிட்ஜ்' என்ற திரைப்படத்திலும், நடிகர் தேவ ஆனந்த்வுடன் 'காலாபாணி' திரைப்படத் தில் மூலமாகவும், நடிகர் பி. நமது வெல் வேறுவிதமான பரிமாணங்களை வெளிப் படுத்தி, புகழின் உச்சியை அடைந்தார்.

1955-ஆம் ஆண்டு இயக்குனர் குருதக் இயக்கத்தில் இவர் நடித்து வெளிவந்த நகைச்சுவைத் திரைப்படம் (Mr. and Mrs. 55) இவரிடம், இயற்கையாக அமைந்த நகைச்சுவை உணர்வை ரசிகர்கட்கு உணரச் செய்தது.

இயக்குனர் கே. ஆசிப் இயக்கிய 'முகல்-இ-அசாம்' திரைப்படம் கிட்டத் தட்ட எட்டு ஆண்டுகள் எடுக்கப்பட்டது. நடிகை மதுபானா 'அவாந்தரி'யாக நடித்த இப் படம், வசூலில் சாதனை படைத்தது.

போன் தோருடன் 70க்கும் மேற்பட்ட திரைப் படங்களில் நடித்து, "இந்திய கலப்பு - வெள்ளை திரைப் படங்களின் ராணி" என்ற பட்டத்துடன் ரசிகர்களின் பேராதரவுடன் வலம்வந்தவருக்கு திடீரென்று உடல்நலம் மிகவும் பாதிக்கப் பட்டது. சென்னை மெற்கொள்ள டன் சென்றார். ஆனால், தோய் முற்றி விட்டதால் பல்விவ்ந்தித் திரும்பினார்.

எட்டாம் துரத்தில் எம்ன் தம்மிடம் வந்து விட்டதை அறிந்த நடிகை மது பானா, அதனைப் பற்றிக் கவனங்கொள் ளாமல், மீண்டும் 1965ஆம் ஆண்டு நடிகர் ராஜ்கபூருடன் நடிக்க முற்பட்டபோது, இத்தித் திரை உபகம், இவரை வர வேற்று வாய்ப்பளித்தது. ஆனால், மது பானாவின் மலம் ஆசைப்பட்டாலும், உடல்நிலை ஒத்துழைக்காததால், இப் படம் முதல் நாள் படப்பிடிப்புடன் தின்று போவது.

எவ்வோரையும் சர்த்த இந்த நடிகை கின் அழகு, என்னுக்கும் மிகவும் பிடித்து விட்டது போலும்! அதனால்தான்

# அஞ்சல் தலை!

முன்னணி கதாநாயகர்களான ராஜ் கபூர், அசோக்குமார், ரஜ்மான், பிரதீப்குமார், திலீப்குமார், கலிவத்த, தேவஆவந்த

இவரை (36 வயதிலேயே) நன்விடம் அழைத்துக் கொண்டான்

- ச. விஜய்குமார், லால்குடி.

**கீந்த அழகிய புன்னகைப் பூவை, கௌரவிக்கும் விதமாக, நமது கீந்தியத் துபால்**



**துறை மார்ச் 18, 2008 அன்று ஒரு 'நினைவு' அஞ்சல் தலையை வெளியிட்டிருள்ளது!**

பல நாட்கள்

வளர்த்த பெண்ணை, கன்னி  
காதானம் செய்து கொடுத்து  
அவளுடைய வருங்காலத்  
தையே, மாப்பிள்ளையிடம்,  
அவர் வீட்டாரிடம் ஒப்படைக்  
கிறோம். மங்கள  
கரமான கல்யா  
ணச் சம்பந்தத்  
தினாவ் இரு  
குடும்பங்கள் பந்  
தப்படுகின்றன. இந்  
தச் சொந்தம் மேன்  
மையும் பவித்திரமும்  
ஆனது. விருந்தோம்ப



கவனிப்பதும் முக்கியமாகுது.  
இது பொதுவான அபிப்பிராய  
மாகத்தான் இருக்கும். அதனால்,  
பலர் சேரும் திருமண வைபவத்  
தில் ஒரு குறையும்  
இல் னா ம ல்  
யாவரும் ஒரங்  
கி னை ன் து  
மகிழ்ச்சியுடன்  
செயல்பட வேண்  
டும்.

அழைப்பிதழி  
லிருந்து மற்ற  
எல்லா விஷயங்களி  
லும் லீஸ் ஆடம்  
பாம் இல்லாமல்  
செலவு செய்யாகலாம்.  
இதனால் கல்யாண  
பட்டுத் தீர்மானம்  
மற்ற முக்கிய விஷயங்களை  
கொள்கரியமாக கவனிக்க  
முடியும்.

4 நாட்கள் கல்யாணம்  
ஒருநாள் ஆனது போல, 4  
வேளைகள் பந்தி பந்தியாக

# வீண் விரயத்தைத் தவிர்க்கலாமே!

வின் உயர்ந்த பண்பு யாவரும் அறிந்ததே.  
சம்பந்தி மனுஷானை மரியாதை செய்து  
உபசரிப்பதும், நமது அழைப்பின் பேரில்  
வரும் உற்றார் உறவினரைச் சிரத்தையுடன்

உணவு போடும் வழக்கத்தை ஒரே வேளையாக  
மாற்றுவர்கள், முதல் நாள் நிச்சயதாந்த்  
தம் மிக நெருங்கிய உறவினர் சில பேர்  
மட்டும் இருந்து நடத்துவதுதான். கல்  
யாண தினத்தன்று முகூர்த்தம் கூடவே  
ரிஸப்ஷன் என்றாகி விட்டதால்,  
அதற்கு வருகை தகுபவர்கள் எண்  
னிக்கைகூட சுமாராகக் கணிக்கலாம்.  
இந்த ஏற்பாட்டால் பணவிரயம், கால  
விரயம், உடல் உபாதை குறையும்.

எல்லா சமுதாயத்தவரும் ஆடம்பரத்  
தைக் குறைத்து, இங்கு குறிப்பிட்டுள்ள  
நல்ல விஷயங்களை அவரவர்கட்து  
ஏற்றபடி நடைமுறையில் கொண்டி  
வரண்டும்.

- ரங்கமணி திருஷ்ணஸ்வாமி,  
சென்னை - 90.



கடை வாசல்  
ஒன்றில் பார்த்து  
ரசிந்தவர் :  
லஷ்டி கணபதி,  
கோவை





# ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்குளத்தூர்.  
(வழி) தாம்பரம், சென்னை - 63. போன் : 22760612, 22762288  
City Office No.7, முதல் மாடி, வேலு தெரு, மேற்கு மாம்பலம்.  
(அயோத்யா மண்டபம் அருகில்) சென்னை - 600 033. போன் : 23714942

## ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையிர், வணக்கம்!

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 19 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய் தந்தையற்ற திக்கற்ற, மற்றும் வறுமை கோட்டின் கீழ் வாழும் 200 மாணவ மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன் நல்ல கல்வி, காலை மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன், உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு, நல்ல முறையில் வளர்த்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பலவாள் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், கவாமி விவேகானந்தர், ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே தங்கள் இப்புகளிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

• காலை சிற்றுண்டி (200 பேருக்கு)	ரூ. 1,000/-
• மதிய உணவு	ரூ. 2,000/-
• இரவு சிற்றுண்டி	ரூ. 1,000/-
• இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ. 1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு ஓராண்டிற்கு கல்வி உதவித்தொகை	ரூ. 1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ. 12,000/-
• குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ. 2,00,000/-

நன்கொடைகளுக்கு 80% பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள், தொழில் /விவாபாரம் தொடங்கிய நாள், மற்றும் இதர பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், ரம்ஜான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

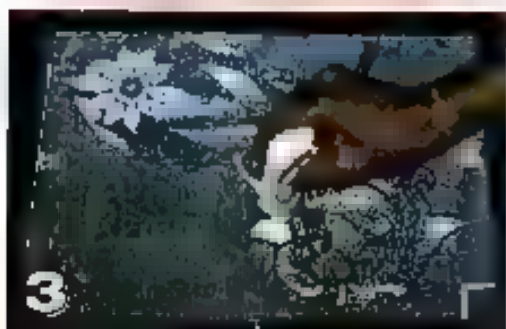
தங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம் என்ற பெயருக்கு Cheque/DD/MO மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம். மேலும் எங்களிடமிருந்து ரசீதைப் பெற்றுக் கொள்வது அவசியம்.

இறைவன் தொண்டில்  
கவாமி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மாநந்தர் நல்லாசியுடன்  
பிர்வாகம்.

# செயமுறை



முதலில் நீங்க வரைய விரும்பும் டிஸைன் எடுத்து (இங்கு மலில்) அதன் மீது பிளெயின் க்ளாஸ் வைத்து செல்லோ டேப்பிளாஸ் 4 பக்கமும் ஒட்டவும். இது



படம் நகராமல் இருக்க உதவும். இப்பொழுது டிஸைன் க்ளாஸில் தெரியும்.

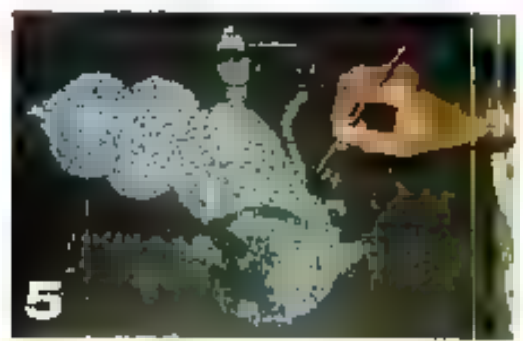
படம் : 1 மற்றும் 2

அந்த டிஸைனை அப்படியே க்ளாஸ் அவுட் டைஸன் - பிளாக் (இது க்ளாஸ் கலர்ஸ் பேக்கிளேயே இருக்கும். தனியாக வாங்கினால் விலை உற்று கூடும்) மூலம் மெஹந்தி போடுவது போல் டிஸைன் முழுவதும் வரையவும்.

படம் 3 மற்றும் 4



இது காய ஒழுநாளாகும். காய்த்தும் அவுட் டைஸனுக்குள் ஃபேப்ரிக் மூலம் ப்ரோக்ஸ் க்ளாஸ் க்ரிஸ்டல் டைஸ் இடை வெளி இல்லாமல் ஒட்டவும். (வரிகை யாகவே குறுக்கு நெடுக்காகவோ



## தேவையான பொருட்கள்:



- ப்ளேயின் க்ளாஸ் (16"X12")
- ஃபெலிக்சில் க்ளாஸ் கலன்ஸ்  
- ஸால்வென்ட் பெயிண்ட்
- ஃபெலிக்சில் ஃபேப்ரிக் பெயிண்ட்  
- மெட்டாலிக் கோல்ட் கலர்
- ப்ரோக்கைன் க்ளாஸ் க்ரிஸ்டல் - ஒயிட்  
(கலரிஜும் கிடைக்கிறது) - 500 கிராம்
- ஃபெலிக்சில் ஃபேப்ரிக் க்ரூ
- ப்ளாக்
- பிரஷ் தம்பர் 3 மற்றும்  
ஃப்ளாட், பிரஷ் தம்பர் 4

# க்ளாஸ் பெயிண்டிங்!

ஒட்டக் கூடாது). ஒரு க்ரிஸ்டலில்  
தெப்பிக்குத் தகுந்தபடி போல்  
க்ரிஸ்டலை தேர்வு செய்து ஒட்டவும்.  
(கடைத்த துண்டங்களைச் சேர்ப்பது  
போல)

படம் : 5

இது காய ஒருநாளாகும். காய்த்ததும்  
நீங்கள் விரும்பிய நிறங்களில் க்ளாஸ்  
கலர்ஸைப் பிரஷ் முறைப் புனைவல்  
முடிவதும் நிரப்பி காயவிடவும். (காய  
அரை நான் போதும்)

படம் : 6

நங்கு காய்த்ததும்  
க்ளாஸைப் பின்புறம் திருப்பி  
விரும்பிய வண்ண ஃபேப்ரிக்  
பெயிண்ட், கான்ட்ரான்ட் கலர்  
தேர்வு செய்து, (இங்கு மெட்  
டாலிக் கோல்டு கலர்) அதை  
ஃபிளெட் பிரஷ்விவாய்  
ஹரிஸாண்ட்லாகவும் வெற்றி  
கலாகவும் ஒன் வெகு கோட்

வீதம் இரண்டு  
முறை திட்டவும்.

இது நங்கு  
காய்த்ததும், ஃபிளெட்  
கடை யில் கொடுத்து  
நின் பாகம், அதுராவி  
மம் ஃபாபரில் ஷீட்  
சுவத்து ஃபிளெட்  
செய்யவும்.





எள்ளுப் பாட்டி - மீனாட்சி, கொள்ளுப் பாட்டி -  
ராஜம், பாட்டி - ஜெயம், அம்மா - ஸ்ரீவித்யா,  
குழந்தை - ஸ்ரீதிதி



## பஞ்சமாங்குதம்

இதை டபுள் ஃபிரேம் செய்தால் ரொம்ப  
அழகாக இருக்கும்.

**குதிப்பு :**

★ ஸ்டெபிள் க்வாஸ் கலர் காயும்  
முன் அதில் கை வைக்கக் கூடாது.  
வைத்தால் கைரேகை அதில் பதிந்து  
விடும்.

★ க்ரிஸ்டல் ஒட்டும்போது அவுட்  
லைனுக்கு வெளியில் வராதபடி பார்ந்  
துக் கொள்ளவும்.

★ பேக்-க்ரவுண்ட் கலர் தீட்டும்போது  
டிஸைன் தவிர மற்ற இடங்களில்  
மட்டும் தீட்டவும். மீதித் தீட்டி னால்  
பேக்-க்ரவுண்ட் கலர் க்ரிஸ்டலின் கலர்  
மற்றும் கைவிரிங்கை உய்லாக்கிவிடும்.

★ ஃபாயில் வீட் வைத்து ஃபிரேம்  
செய்வதால் கூடுதல் கைவிரிங் கிடைக்  
கும்.

★ ஒவ்வொரு முறை வேறு கலர்

எடுக்கும்போதும் ஷேவ்லாக் வுட்  
தின்னரில் கழுவி நன்கு  
துடைத்துவிட்டு, அடுத்த கலர்  
எடுக்கவும்.

★ க்ரிஸ்டல் என்றால் எல்லோரும்  
பீட்டஸ் க்ரிஸ்டல் என்றுதான் நினைப்  
பார்கள். ஆனால் இது வேறு வகை.  
மற்றும் இதன் விலையும் சற்று அதிகம்.  
இந்த க்ரிஸ்டல் பல வண்ணங்களிலும்  
கிடைக்கிறது. ஆனால் அதைவிட ஒலிட்  
க்ரிஸ்டலில் செய்வதுதான் மிகவும்  
நன்றாக இருக்கிறது. ப்ரோக்ஷன் க்வாஸ்  
க்ரிஸ்டல் 1 கிலோவில் இந்த மாநிரி  
படம் 4 செய்யலாம். இந்த மலில்  
படத்துக்கு 250 கிராம் தேவைப்படும்.  
மலில் மட்டுமின்றி வேடி ஃபிகர்ஸ்,  
பட்டர்ஃபீனாவ, பெரிய ஃபிளவர்ஸ்  
போன்ற ப்ரூ வேண்டுகொள்ளலாம் செய்ய  
லாம்.

- பத்மாவதி, கரூர்.

## S.S.M. RESIDENCY

A Township with calm and serene Atmosphere  
For Senior Citizens and Sickly Disabled



- ❖ For the Elite with clean habits
- ❖ To enjoy Twilight of life with peace, honour, dignity and security
- ❖ Luxurious living with pure vegetarian balanced diet
- ❖ Medical block exclusively for sickly / disabled - all age Groups
- ❖ Round the clock Medical Care and Nursing
- ❖ Care unto the last with love and affection

### SRIMATHI SUNDARAVALLI MEMORIAL RESIDENCY

(Managed by SSME Trust, Chennai - 600 044)

Moppedu Road, Alapakkam, New Perungalathur, Chennai - 600 063.

Phone : 044 - 22792003, 22792141

E-mail : ssmsto@dataone.in

Website : www.ssmhome.org



## சுபயாத்ரா

எண்.43, தெற்கு மாட வீதி,  
(சித்ரகுளம் எதிரில்) மயிலாப்பூர், சென்னை-4  
Ph : 2495 0218, 24952319



விரிபி பாபா தரிசனம் பிரதி வாரம் வியாழக்கிழமை

4 நாட்கள்

ரவில், பஸ் மற்றும் தங்கும் வசதி

மந்திராலயம், நவபிரந்தாவனம்

பண்டரிபுரம், துல்லாபூர், சோலாபூர்

03.07.2008

07.08.2008

26.06.2008

31.07.2008

3 நாட்கள் ரூ.2000/-

3 நாட்கள் ரூ.2000/-

காசியாத்திரை

8 நாட்கள் ரூ.6000/-

09.06.2008

## சாய்சரண்

முதியோர் இவ்லம்

Ph : 2495 0218, 24952319

தங்கள் வாழ்க்கையில் முதலமை கட்டத்தில் உள்ள தாய்மை உணர்வுகளுக்கென்று பிரதமோகமாத ரம்பமன குழலில் ஆறுதல் சேவை அளிக்கும் இவ்லம். அத்தகைய பெரியோர்கள் மற்றும் நன்கொடை அளிப்பவர்கள் அனுசரிக்கப்படும்



# 

அதிகாலை  
அவசரக் கிளம்பலில்  
கலனித்தேன் - அடுத்த  
ப்ளாக்  
அபார்ட்மெண்ட்டில்  
ஒர் அமங்கலத்தை...

யாரோ  
இறந்துள்ளார்...  
இறந்தவர் - யாரவர்  
விவரமேதும்  
அறிந்திலேன்

காவை பரபரப்பில்  
விசாரித்திட

நேரில்லை -  
என்றாலும்  
மனத்தினுள்  
இனம்புரியா  
கலக்கம்...

ஐயோ பாவம்...  
வயதானவரோ  
இளையவரோ  
ஆனோ - இவ்வை  
பெண்ணோ...

ம்...  
யாராயிருந்தா -

என்னை..  
வாரம் ஒன்று  
போனால்  
தெரிந்து விடும்...

ஏதேனும்  
'லோக்கல் டைம்ஸ்'  
ஒன்று  
புகைப்படத்துடன்  
விவரித்துவிடும்.

அதுவரை  
விண் உணர்ச்சல்  
தெற்கு?  
நேரமாகக்  
ஆய்வுக்கு எனக்கு!

- லட்சுமி ரகுமார்,  
சென்னை - 17







**ஒரு காலத்தில்**  
 'பப்பா' என்றிருந்த தமிழகத் தவணைதான் நூற்று ஐம்பது வருட கடின உழைப்பில் பம்படமாய்த் தேய்ந்து விட்டிருந்தது.

அந்நகர்ப்பில் ஏற்றி ஏற்றி வெந்நீர் காய வைத்த கைங்கரியத்தில் தடிமனாகப் புடைபடிந்து கறுப்புத் தவணையாகப் பெயர் மாற்றம் பெற்று விட்டது.

என் என்பது வயது மாமியாருக்கு அதன் வீது அரைக்க முடியாத பலத்த பாசப்பிணைப்பு. அவருடைய மாமியார், (தொண்ணூறு வயது வாழ்ந்தவர்) பிறந்த வீட்டு சிதனமாகக் கொண்டு வந்த தவணையாம் அது! அதில் வெந்நீர் போட்டுக் குளித்தவர்கள் தீர்க்காயாக இருத்ததால் அதற்கு 'ஆகி வந்த தவணை' என்ற இவ்வொரு செவ்வப் பெயரும் உண்டு. செவ்வப் புகத்தில் வெந்நீர் தவணைக்கு ஏது உபயோகம்? இடத்தை அடைத்துக் கொண்டு பரணில் உட்கார்ந்திருக்கும் தவணையைக் கடைசில் போடலாம் என்றாலும் என்

மாமியார் ஒப்புக் கொள்ளவில்லை. மாட்டார். அதுமாட்டுக்கு தேமெவ்னு அட்டத்தில் உட்கார்ந்திருக்கு. உங்களைச் சாப்பாடா கேட்கிறாள்" என்று வாயடைப்பார்.

இந்தக் கவனவழியை எவர்கூடும் சரியாக இவ்வாக்காளியைப் பன் தன்மை விடிகளைக் கவித்து இந்த அரைப் பாழைய விட்டிவெய்யை உள் கெட்டுப் போட்டு விட்டிடம். இதை நன்றாய்த் தெரிந்து கொண்மன் விட்டுச் சொந்தக்காரும் ஒரு மின்னரிப்பிர் கூட செய்து தாயமல் வருஷா வருஷம் வாடகையை மட்டும் கூட்டிக் கொண்டு வருகிறார்.

இந்த நிலையில்தான் எங்களுக்குச் சொந்த வீடு யோகம் அடித்தது. விட்டுலொன் போட்டு கவர்ன்மெண்ட். கட்டிடத் தரும் கீப்ளாட்களில் குலுக்கல் முறையிலே முதல் மாடமே எங்களுக்கு வீடு கிடைத்தது. வாடகை கொடுத்து விட்டுச் சொந்தக் காரின் ஏக்கப் பிபச்சுகளுக்கு பன்னிவித்து

# கறுப்புத் துவலை!



அனுத்துப் போவ எனக்குப் பெரிசு நிம்மதி.

**பத்மா**

சொல்லி எப்படி கவ்வின்ஸ் பண்ணுவது என்று ஆசோசனைக் கூட்டம் நடத்தி நாட்கள் கடந்து தான் மிச்சம்.

“ஏன் பத்மா, சொந்த வீட்டில் நம் வெந்நீர்க் தவையை வைக்க வசதி யிருக்கா?” என்று என் மாநியார் பிரம்மன் திரத்தைக் தொடுத்தவுடனே என்மோதக் கும் சந்தோஷம் புஸ்வாணமாய்க் காணாமல் போவது.

இந்தனை வருடங்களுக்குப் பிறகு தன் பின்னாக்கு சொந்த வீடு போகப் வந்ததின் அவருக்கும் மகிழ்ச்சிதான். ஆனால் பத்மக்கு எட்டடி அறைகளில் கறுப்புத் தவையை நுழைக்கக் கூட முடியாது என்பது எங்களுக்குத் தெரியும். அதை மாநியாரிடம்

போனால் போகிறது. அப்போலின் காலத்திற்குப் பிறகு சொந்த வீடு பற்றி யோசிக்கலாம்” என்று என்மாவர் முடிவெடுத்தபோது, மாநியார் “யாரை யந்தக் கிசெவியை யாவாவது உதறித் தள்ளியாக் கவா” கறுப்பு தவையைவைக் கடைலில் போட்டி விடலாம்” என்றார். ஆச்சரியத் தில் மலைத்துப் போனேன் என் கண வருக்கோ ஒடு அநிர்ச்சி.

தன்வண்ணடிக்கு ஐம்பது ரூபாய் வாடகை கொடுத்து தவையைக் கடைக்குக் கொண்டு போனோம். தவலைக்குப் பீராவிலை கொடுக்க மாநியாரும்



“அதுபாட்டுக்கு ‘தேமே’ன்னு அட்டத்தில் உட்கார்ந்திருக்கு. உங்களைச் சாப்பாடா கேட்கிறது?”



வந்தார். கடைக்காரன் இரண்டு அங்குல கனத்திற்குப் படிந்திருக்கும் சரியை காண்டி எடுத்த பிறகுதான் எடை போட முடியும் என்று செதுக்கு உலியுடன் தயாரானான். "அப்புறம் என்னடாப்பா செய்வோ" என்று ஈனஸ்வரத்தில் கேட்டு முடிக்கும் முன்பே, "அடித்து நொறுக்கி எடை தூக்குவோம்" என்றான்.

"அடித்து நொறுக்கும்படி அது என்ன பாவம் பண்ணினது? இந்தக் கொலை காரணகிட்ட தவணையைப் போட வேண்டாம். தவணையை எடுத்துக் கொண்டு வீட்டுக்குப் போகலாம்" என்று என் மாமியார் தீர்மானமாக, மறுபடியும் ஐம்பது ரூபாய் வாடகை கொடுத்து வீட்டுக்கு எடுத்து வந்தோம். நாட்கள் நகர்ந்தன.

குலுக்கலில் வந்த வீட்டிற்கு முதல் லோன் கட்ட இரண்டே நாட்கள் இருந்த நிலையில் ஒரு நாளிதழில் வந்த விளம்பரம் எங்கள் கண்களில் பட்டது. நூறு வருடங்களுக்கு மேலான ஆண்டிக் சாமான்

கள் எதுவானாலும் விலைக்கு வாங்கிக் கொள்வதாக தொடர்பு எண்ணும் கொடுக்கப்பட்டிருந்தது. மாமியாரிடம் விஷயத்தைச் சொன்னதும், "பழைய சாமான்களில் அருமை தெரிந்தவர்கள்; பத்திரமாய்த்தான் பார்த்துக் கொள்வார்கள். உடனே வரச் சொலு" என்றார்.

மறுநாளே விளம்பரம் கொடுத்தவர் பார்க்க வந்து விட்டார். மாமியாரிடம் பேசி, கறுப்புக் தவணையின் ஐதகத்தை குறித்துக் கொண்டார். கூட வந்தவர் அப்படியும் இப்படியுமாகத் திருப்பி மெல்லிய மரச் சத்தியான் தட்டிப் பார்த்து முகம், உடை, பெய்லும் கரியாக்கிக் கொண்டார். கடைவீதி விலம்பரம் கொடுத்தவர் மாமியாரின் கைகளைப் பிடித்துக்கொண்டு, "பெரியம்மா, உங்க தவணைதான் இப்போது என் வீடம் இருக்கும் ஆண்டிக் சாமான்களில் வயதாவதாக இருக்கும். இதற்கு ஆயிரம் ரூபாய் காத் தயாராய் இருக்கிறேன். இதற்கும் மேல் நீங்கள் பேரம் பேசுவான் அதற்கும் தயார்" என்றார்.

மாமியார், "இதோ பாருப்பா, தலைமுறை தலைமுறையாய் மங்கல காரியத்துக்கு மட்டும் பயன்பட்டு வந்த இதை அடித்து நொறுக்க என் உயிர் உள்ளவரை சம்மதிக்க மாட்டேன். முழுசா எடுத்துக்கோ. எப்போது எனக்கு முடிசிறுக்கோ அப்ப வந்து தவணையைப் பார்க்க அனுமதி கொடுத்தால் போதும்" என்றபோது நாங்கள் மட்டுமில்லை. வந்தவரும் நெகிழ்ந்தார். "உங்கள் மகன் சீபோன் செய்யட்டும். நானே வந்து அழைத்துக் கொண்டு போகிறேன்" என்றார்.

சூரியேல்லாம் உதிர்ந்து ஆங்காங்கு தசங்கங்கள் இருந்தாலும் காவலச் சூரிய னாகத் தசதசக்கும் கறுப்புத் தவணை சேதப்பட்டு, சிவப்புத் தவணை, தன் வயது பற்றிய அட்டை கோத்த நீலப் பட்டு நூலை கழுத்தில் அணிந்தபடி ஆண்டிக் சாமான் கூர் ராணியாக அசத்தவாக உட்கார்ந்திருந்தது. மாமியார் மட்டும் தன் கொண்கையில் உறுதியில்லாமல் இருந்திருந்தால் இப்படி வொரு சிம்மாசனம் அதற்குக் கிடைத்திருக்குமா? ●



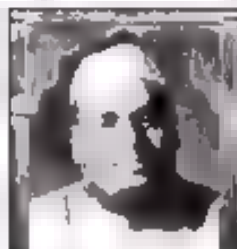
**ஆவரிக்**

**50!**

உற்பயிற்சி செந்தவுடன் வேர்க்கும். உடனே பரி என்று சாப்பிடுவது. சீபோன் போட்டுக் கொண்டு தூங்குவது கூடாது. உடல் மேலும் பெருத்து விட வாய்ப்பு உண்டு.

- வி.பி. தேவி, பெங்களூர்

# ஆன்மீக உலகில் ஓர் அற்புதம்!



ஆன்ம சக்தியை அழித்து, அறிவின் திறனை குறைத்து, மனவலிமையை நகர்த்தி, நிம்மதியைக் குறைத்து, வலிவை பாழாக்கி, ஆரோக்கியத்தைக் குறைத்து, குடும்பத்தில் குழப்பம், தொழிலில் நஷ்டம், உத்தியோகத்தில் பிரச்சனை, கல்வியில் தோல்வி, காதலில் வீழ்ச்சி போன்ற காரியங்களை பிழ்வி, ஆன்மீக, எவல் இவற்றால் தீமை உண்டாகின்றன.

விண் பட்டும் விஞ்ஞானம் வளர்ந்த போதும், இவைகளுக்குத் தீர்வு அருள் மறையகம் மாத்திர மூண்டு. இந்தக் குறைகளை நீக்கி எல்லாத் துறையிலும் வெற்றி பெறச் செய்கிறார் மாபெரும் தவச்சீலர் மறையகம் பாபா. உடனே அணுகவேண்டிய முகவரி:

அருள்

## மறையகம்

1 [ மகாஸக்தி நுப்பார்ட்மென்ட், நெ. 3, அப்துல் ரசாக் தெரு, நூர்ஜஹான் தியேட்டர் எதிரில் (ஞர்ஜெது ராஜ் தியேட்டர் என்று மாற்றப்பட்டிருக்கிறது), ஸைதாப்பேட்டை, சென்னை - 600 015.  
☎ : 2435 1180, 2433 2047.  
செல்போன் : 98404 11551

தற்போது : வெளிநாடுகளில் வசிப்பவர்கள் தங்கள் பிரச்சனைகளை நீக்க தங்கள் பெயர், தங்கள் தாயார் பெயருடன் தங்கள் பிரச்சனைகளை எழுதி, ரூ. 10 (அதிகமான அஞ்சல் தகவலுடன் அனுப்பி வைத்து ஆலோசனை பெறவும்).

## உடல் எடை குறைக்க சுகர் - மூலிகை சிகிச்சை

உடல் எடை குறைக்க: அதிகபட்சமாக வீட்டில் இருந்தால் ஒரு மாதத்தில் 15 கிலோவரை / இங்கு தங்கினால் 12 - நாட்களில் 10 கிலோ வரை குறைகிறது உடலில் உள்ள அழுக்குகள், டிராட் வெளியேறுவதால் உடல் எடை குறைகிறது அப்போது அல்லா. பிரா. முழங்கால் வலி, துளையலி, மாதவிடாய் பிரச்சனைகள் போன்ற மற்ற நோய்களும் தொந்தரவுகளும் இயற்கை முறையில் பாதுகாப்பாக பெரும்பாலு குணமாகின்றன. **மருத்துவ ஓர் வார்த்தை எடை குறைவது தனக்கு தெரியும்.** இரண்டாம் மாதத்திலிருந்து மேலும் மேலும் எடை குறைவதோடு உடல் அளவும் (BMI) போகமாக குறைந்து உடல் தூய்மை இழையும், பலமும் அழகும அழிகலாகும்.

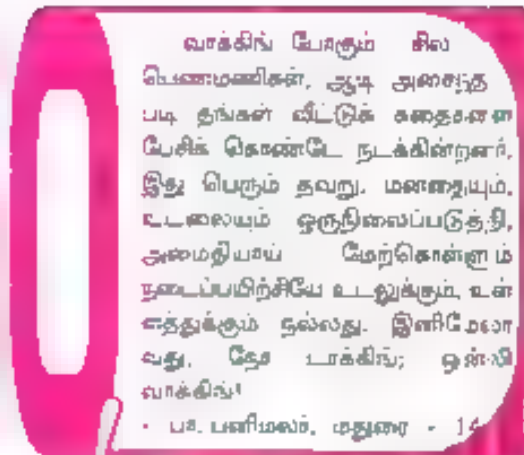
உடலிலுள்ள கொழுப்பு, ஊளைச் சாறு போன்றவை நீங்குவதால் பெண்களுக்கு கருத்தரிக்கும் வாய்ப்பு பிசுவும் பிரச்சனையுமே. ஆண்களுக்கு நேரம், பலம் திறன், உறுதி ஆகியவை தனக்கு மேம்பட்டு முன்பு எப்போதும் இல்லாத அளவிற்கு தம்பத்திய உறவு சிறப்பாகவுமே.

உடலின் இயற்கையான இயக்கத்தின் மூலம் அழுக்குகள் வெளியேற்றப்படுவதால் எப்போதும் பின்பு/பக்க விளைவுகள் ஏற்படுவதில்லை. ஒரு மாத மருத்து ரூ 1100/- முதல் ஐந்து விஸய்களில் கிடைக்கும். போனில் ரூகலி தெரிவித்து V.P.S. மூலமாகவும் தெரியும் மருத்துவமனைப் பெறலாம்

**கவனம்:** உடல்திணைவைப் பொறுத்து திரையப் பேருக்கு ஒரு மாதத்திற்குள் தங்கமலகிலேயும் வாய்ப்புள்ளது. பின்பு எவ்வு மூலிகை மருத்துவன் எவ்வ உணவுமுறையில் வாழ்ந்தா முழுமையும் பக்க/பின் விளைவுகளின்றி உணவு தனக்கு உட்குப்படுத்தலாம். பூரண ஆரோக்கியத்தைத் திரும்பப் பெறலாம்.

எவ்வு மூலிகை மருத்துவத்தில் எந்த தொந்தரவுக்காக சிவ்வை பெற்றாலும் மொத்த உடல் ஆரோக்கியமே மேம்படும். பசி, ஊக்கம் ஒழுங்காகும். அல்லா, கோப்ட்டுள் போன்றவை நீங்கும். முடி உதிர்வது, முடிப்படுகளை குணமாகும். இரத்தம் சுத்தமாகும். தேய் எழிப்பு சக்தி அதிகரிக்கும் மேலும் துளையலி, உடல் லாசிகள், வயிற்றுக் கோளாறுகள் குறைவதில்லாம உட்பட, உணவு சாப்பிட்டு உடம்பும் திரையில் உக்கலவ்வலின் வலம் நோய்களுக்குத்

Dr. M. முத்துக்குமார் 8 [ D.N.Y.S., இயற்கை மருத்துவ கிஸ்ஸம் (பதிவு), ஸ்ரீ குருகுலம் பள்ளி எதிரில்,



## ஒன்லி வாக்கிங்!

திருமணம், பண்டிகை, பார்ப்பு எதற்கு செய்வதாக இருந்தாலும், முதல் நாளை பிளவுகூசு போட்டுப் பார்த்து, புடவையும் அயர்ன் செய்து இருக்கிறதா என்று பார்த்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனால் கிளம்பும்போது டெஸ்ஷன் இம்லாமல் இருக்கும்.

- லக்ஷ்மி ரங்கநாதன்,  
ஆழ்வார்ப்பேட்டை.

குழந்தைகளிடம் சிறு வயது முதலே எடுத்த பொருளை எடுத்த இடத்தில் வைக்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும். இதனால் வீண் சண்டைகளைத் தவிர்க்கலாம்.

- சூ. லதா, சும்பகோணம்.

கர்ப்பிணிப் பெண்களைப் பார்க்கும் போதும்பொழுதும், இவற்றை வடாம், வேப்பிலைக் கட்டி, தூர்த்தம் காய், புலிக்காய்ச்சல் என கொண்டு போய் கொடுத்தால் மசக்கை சமவத்தில் ரொம்ப உபயோகமாக இருக்கும். அதுவும் வேலைக்குப் போதும் பெண்களுக்கு ரொம்ப உதவிவரக இருக்கும். ஊறுகாய்கள், பொடி வகைகளும் தரலாமே!

- ஆர். லலிதா, சென்னை - 28.

வாக்கிங் போதும் சில பெண்களின், ஆடி அலைத்துப் படி தங்கள் வீட்டுக் கைதொண்டி போடிக் கொண்டு நடக்கின்றனர். இது பெரும் தவறு. மனனையும், உடலையும் ஒருநிலைப்படுத்தி, அமைதியாய் மேற்கொள்ளும் முடிப்பிற்குரியே உலுக்கும், உள் எத்துக்கும் தல்லது. இனிமேலாவது, தேர் வாக்கிங்; ஒன்லி வாக்கிங்!

- பி. பனிமலர், மதுரை - 14

இவை எல்லாமே ஆறா தான்!

விறந்த குழந்தைகளைப் பார்க்கச் சென்றும் போது என்ன வாங்கிச் செல்லலாம் என யோசிக்க வேண்டாம். தற்போது கடைகளில் அழகான 'காட்டன் டயபர்கள்' நூலியால் எதத்தது கிடைக்கின்றன. அவாவம் சத்திக்கேற்ப 6 [அ] 12 வாங்கிக் கொடுத்தால் பரமாய வேட்டி, சேவை என இனம்தாமிரம் கன் அலைய வேண்டாம்.

- சேலம் மனோகாண்ட்,  
சேலம் - 8.

தீர் மோனில் சிறிதளவு ரசப்பெரிய சேத்துப் பருகினால் வெகுஜோராக இருக்கும்.

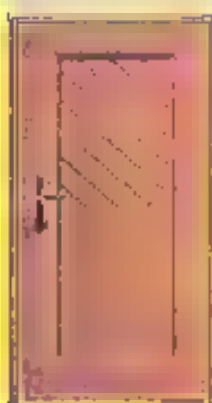
- வீ. சுமதி ராகவன், வேலூர்.

தான்கு பங்கு அரிசியுடன் ஒரு பங்கு உளுத்தம் பருப்பு சேத்து மிஷினில் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளலாம். திடர் விருத்தினை வந்துய் திடர் தோரை பெறு கொடுத்து அத்தலாம். இதே மாதிரி தேள் மூலம் பெப்பலம். உருளைக்கிழங்கு போன்ற செடியும் போது மேல் மாவாக உபயோகிக்கலாம்.

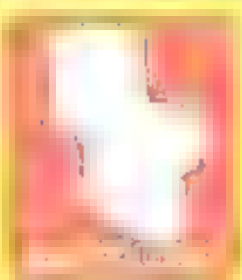
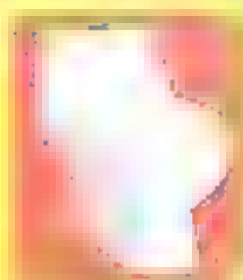
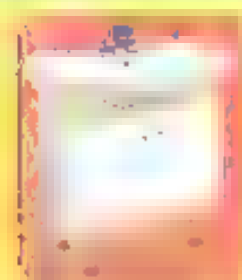
- வெங்கடாஸ் பூராமன்,  
செங்கிளபாக்.



உறுதியான, மாடுகாம்பான, தயார்சிக்கத் திரும்பு தகட்டலான கதவுகள்  
 150 மம. கதவை 200 இருந்து 12 ஸைர பூட்டும வசதிகள் கிடைக்கும்



## CONTEMPORARY SANITARY WARES FROM MINSER



## IMPORTED OFFICE / DOMESTIC FURNITURES



# **RADHA International**

NO. 38, CATHEDRAL GARDEN ROAD, NUNGAMBAKKAM. CH - 34. PH : 28254042/43,  
 CELL : 9840243432, FAX : 28265104. E-mail : radhainternational90@yahoo.com

**DEALERS ENQUIRY SOLICITED**



# சந்தோஷம் தரும்



சிங்கப்பூர் அளவில் சிறிய நடிகை இருந்தாலும் உலக மக்களின் கவனத்தை ஈர்க்கும் கற்றுலா அற்புதங்கள் திறந்தனர். சிங்கப்பூர் கற்றுலாவில் முதன்மையாக பார்க்க வேண்டிய இடம் சென்டோஸா தீவு. இங்குதான் கண்ணனாயும் கருத்தனாயும் கவரும் under water world, 4D- தியேட்டர், பட்டிப்பாளன் கஸ்டம், ஈகஸ் விளையாட்டு 'லாஸ்' எனப்படும் சக்கரம் மாட்டிய பலனாகப் பயணம், பால்பின் ஷோ, வேஸர் ஷோ அளவத்துமே உள்ளன.

சென்டோஸா தீவுக்கு மவுண்ட் பேபர் லிருந்து கேபின் காரில் (தொங்கும் பாலம்) போவோம். இன்னொரு வழி Vivo cityலிருந்து மோனோ ரைலேயும் செல்வோம்.

வாம். Vivo cityக்கு வெளியில் நின்று பார்த்தாலே கண்ணுக்கு எட்டிய தூரத்திலே சென்டோஸாவில் முன் வளைவு தெரியும்.

கேபின் காரில் போவது நீரில்லாடா அனுபவமாக இருந்தது. பார்ப்பதற்கு, போய்ச் செருமிடப் பட்டே இருப்பது போல இருந்தது. அதில் ஏறியபின் இத்தனை தூரமா என்று மனவப்பாக இருந்தது! கேபி பார்த்தும்போது கடல், துறைமுகம், மாங்கள் அடர்த்தி பகுதி, கோடு என்று தாண்டிச் செல்கிறது. இடைபில் மூன்று டவுர்கள். டவுரின் கிட்டே



# சென்ட்டாஸா தீவு

செல்லும்போது எங்கே அதில் இடித்துவிடுமோ என்ற பிரமை ஏற்படுகிறது. ஏறி ஏறி இறங்குவது போல் போகிறது. இடைவில் உள்ள அடுக்குமாடி டவர்ஸிலிருந்து ஏறுவார்கள், இறங்குவார்கள். அங்கு மட்டும் மெல்லச் செல்லும். மறக்க முடியாத மிக மிக சந்தோஷமானது இந்த ரோப் காரி பயணம்.

அன்டர் வாட்டர் வொர்ல்ட், பட்டரிப்பளை காட்டன், டாங்ஃபீஸ் ஷோ அனைத்துக்கும் சேர்த்தே டிக்கெட் வாங்கிக் கொள்ளலாம். பட்டரிப்பளை காட்டனில் குலுக்கு விளாவினவென்று நீர்த்தொடல் கருடன் வண்ணத்துப்பூச்சிகள் பறந்து கொண்டிருக்கின்றன. அவை சைப்பிரிவதன் கென்றி வானம்பி பறத்தை வட்ட வட்டமாக அரித்து வைத்திருக்கிறார்கள்.

அடுத்த டாங்ஃபீஸ் ஷோ. மிக அழகாக, சிறு பிள்ளைகள்போல் சோன்





வதைச் செய்கின்றன. எப்படித்தான் பழக்கினார் கவோ வளையத்துக்குள் பாய்வது, கை போல் சைட் துடுப்பைத் தூக்கிக் கொண்டு பாதி உடம்பு தெரிய நடந்து போவது, பந்தை எடுத்து வருவது ஒவ்வொன்றும் அற்புதம். ஒவ்வொன்றும் செய்து காட்டியபின் டால்ஸிசின் களுக்கு பிடித்த உணவாக சிறிய மீன்களைப் போடு திறார்கள்.

4D தியேட்டரில் படம் பார்க்க முக்கால் மணி நேரம் கியூவில் நிற்க வேண்டியதாகி விட்டது. காட்சி எல்லாவோ கால் மணி நேரம்கான். நீப்பந்தத்தை நீட்டும்போது மீனின் விரிந்து வெளியே நீட்டுவது போலவே உள்ளது. தண்ணீர் சிதறடிக்கும் காட்சிகளில் நம் மேலே திசுமாகவே தண்ணீர் தெளிப்பது போல வடிவமைத்திருக்கிறார்கள்.

பிரமிக்க வைப்பதும் பரவசமாக பார்க்கக்கூடியதுமான முக்கிய இடம் அன்டர் வாட்டர் வொரல்ட் பெரிய பெரிய மீன்கள் நீரில் மிக அருகே நீந்தும் காட்சிகள் பிரமிக்க வைக்கின்றன. இவை மீன்கள் தானா என்று எண்ணக்கூடிய அளவில் டீராகள் மீன்கள், பருக போல் மிகத்து



நீந்தும் ஜெல்லி மீன்கள், பறவை போல் அவை பாயும் திருக்கை மீன்கள், நீடியில் படுத்திருக்கும் பெரிய பெரிய கறாக்கள் என எவ்வாமே அற்புதம்.

கண்ணாடிக் கூண்டுக்குள் நாமிகுக்க நம்பயர் சுற்றிலும் மீன்கள் துள்ளித் திரிகின்றன. அரைக் காணும்போது நமது மனம் எப்படித் துள்ளித் திரிந்து ரிக்கிறது என்பதை வரிசைக்க முடியாது.

மேர்லின் சிங்கப்பூரின் அடையாளச் சிற்பம் சிங்கம். அதன் வாயிலிருந்து கண்ணீர் சுற்றுவது போல இருக்கும் இங்கு அடையாளமே வெறும் சிங்கம் மனை ஒன்று மரம்மாண்டமாய் உள்ளது. கீழே மலையகத் தும் நீதூற்றுகள். உள்ளே சென்று மேலே ஏறி தனைய் பகுதி வரை சென்றும் பார்க்கலாம். சுற்றிலும் இரண்டு மூன்று அருகருகாய் பெரிய பூங்காக்கள். விசவிட மான மலர்களுடன் பூங்கா நடுவிலேயே ஏறவும் இறங்கவும் எஸ்கலேட்டர்கா இருக்கின்றன இரவில் சிங்கத்தின் கண் களில் வீசும் ஒளி தூய்மை வெகுதூரம் வளம் கொள்ளும்

சிறு மணிவாக்கில் வேண்டி நேரா, தண்ணீர் கிளையில் விதவிதமான உருவங் கந்து ல் காட்டப்படுகின்றன. நாய்கள் போல அன்று 300 போராவது அமர்ந்து பார்த்திருப்பார்கள் சிங்கப்பூரின் மையத்தில் உள்ள சன்டெக் சிட்டியிலும் உலகின் டாட்டாவட் சிங்கப்பூர் விலும் தினமும் இரவு இத்த வேண்டி நேரா எழுத்துக்களுடன் காட்டப் படுகிறது. தினம் ஜே ஜே கூட்டம் தான்

சிறு மணிவாக்கில் வேண்டி நேரா, தண்ணீர் கிளையில் விதவிதமான உருவங் கந்து ல் காட்டப்படுகின்றன. நாய்கள் போல அன்று 300 போராவது அமர்ந்து பார்த்திருப்பார்கள் சிங்கப்பூரின் மையத்தில் உள்ள சன்டெக் சிட்டியிலும் உலகின் டாட்டாவட் சிங்கப்பூர் விலும் தினமும் இரவு இத்த வேண்டி நேரா எழுத்துக்களுடன் காட்டப் படுகிறது. தினம் ஜே ஜே கூட்டம் தான்



- கு. மாலதி குமீசலன், நெசப்பாக்கம்.

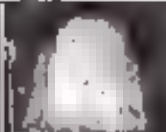
Indian Railway Catering and Tourism Corporation



இந்தியன் ரயில்வேயின்  
யாத்திரை ரயில் விபரங்கள்



அமர்நாத்  
யாத்திரை



டெல்லி - ஐம்மு - வைஷ்ணோதேவி  
புரீநர் - அமர்நாத் பனிலிங்கம்

25-6-2008  
11 நாட்கள்  
ரூ. 770

வட இந்திய  
புனித யாத்திரை



காசி - கயா - அலகாபாத்  
சித்ரகூடம் - நைமிசாரண்யம்  
அபோத்யா - கல்கத்தா - பூரிஜகன்னாத்

14-7-2008  
12 நாட்கள்  
ரூ. 685

நவ  
மிருத்தாவனம்



நவமிருத்தாவனம் - கோலப்பூர் மகாபெட்சுமி  
துல்ஜாபூர் - பண்டரிபூர் - மந்த்ராலயம்

26-8-2008  
11 நாட்கள்  
ரூ. 5670

2ம் வகுப்பு ரயில், தங்கும் வசதி, தென்னிந்திய உணவு, சுற்றியலாக்க பேருந்து வசதி

**TRAVEL TIMES (INDIA) P. LTD**

இந்திய அரசு கற்றுலா துறையின், அங்கீகாரம் பெற்றது [www.railtourism.com](http://www.railtourism.com)

சென்னை : 11, Club House Road, Anna Salai, Chennai - 600 017 ☎ 044-28461113, 9790926959

மதுரை : 39, New IIG Colony East (Opp. Kolcha Complex) Anna Nagar ☎ 0452-4391228, 9790933257

கோலாப : 49, 9 Street, Opp. Ganga Yamuna Theatre, Talabad ☎ 0422-2496667, 9345796775

## பாரம்பரிய ஜோதிடர்

சுமங்கலம் விடிவிலிருந்தும் பாரம்பரிய இவர் பார்வை மூலம் பிறகு வாழ்க்கையின் அடிநிலை நிலைமை, அமைதி, நன்மை, வீடுதொடர்.

திருமணத்தின், குழந்தைகளின்மை, கணவன் மனைவியின் பிள்ளை, கல்வித் துறை, வேலாவதின்மை, கொடிய நோய்கள் போன்றவற்றை எளிதமையான பரிசுரம் மூலம் இவர் தீர்க்கும் வீதம் வீதக்கத் தக்கது.

ஐதகம் கணிப்பதிலும், குழந்தைகளுக்கு அதிர்ஷ்டப் பெயர், ஆர் திவதிலும் வல்லவர் இவர்.

வெளியூர் அன்பர்கள் ஒரு ஐதகத்தின் மூன்று கேள்விகளுக்குப் பதில் பெற ரூ.150/-MO (or) D.D அனுப்பவும். ஐதக நகல் + ரூ.5 அஞ்சல் தலை ஒட்டிய

கவ விவரமிட்ட கவர் இணைக்க வேண்டும். ஐதகம் இவ்வாதல்களுக்கு எங்கள் பிரசன்ன மூன்றுயில் பதில் பெறலாம்.

## Prof. S. பஞ்சநாதன்

வாக்குச் சித்தர் ஜோதிட நிலையம், மா 8/27, 3rd மெயின்ரோடு, தலை கங்கா தகர், தங்கநல்லூர். சென்னை 600 081 தொலைபேசி - (044) 22670573 , 9444453693

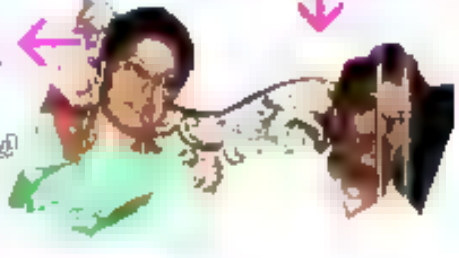
சுகம்மாலை மகிழ்ச்சி, இறுதியில் + தொலைபேசி மூலம் முன் அனுமதி பெற்று வருக!

**SATISFACTION GUARANTEED**



தாத்தா : என்.  
முத்துக்குமார்  
பாட்டி : எம்.  
சுஜாமாள்  
பேத்தி :  
ஜி ஸ்ரீலக்ஷ்மி

தாத்தா :  
வெங்கடேஷ்  
மூத்தி  
பாட்டி : மாலதி  
பேத்தி :  
கிநேதா



# என் செல்லமே!



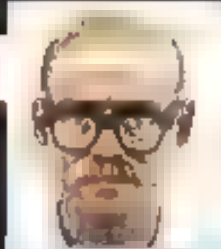
தாத்தா :  
ராஜசேகரன்  
பாண்டிடோ  
பாட்டி :  
திருமொழி  
பேத்தி :  
ஜிஜோராய்

தாத்தா : எம்.எம். சந்திரன்  
பாட்டி : எஸ். நாகலக்ஷ்மி  
பேண் : கி. சிவசுப்பிரமணியம்



தாத்தா : பாபநாசு  
பாட்டி : வசந்தா  
பேண்கள் : நிகில் அபிஷேக்,  
சுகான் பூரீஷம்





# ஜீன் மாதம் எப்படி?

	சந்	சூ பு சுக்	
	1.6.2008 அன்று ராசி		கே செ
ரா	கிரகநிலை		சனி
சூ			

கிரக நிலை

(அவ்விரி, பரணி, காந்தினை 1 - ஆம் பாதம்)

மேஷ ராசி அன்பர் களோ தடைப்பட்டு வந்த வெளிநாட்டுப் பயணம் உறுதியாகும், பழைய வீட்டைப் புதுப்பிக்க நேரும். தாயாரின் உடல்நலனில் பிரத்யேக கவனம் தேவை. வாக்வினால் வளமும் நலமும் சேரும். குடும்பத்தில் ஒருவருக்கொருவர் கலந்து பேசி முடிவுகள் எடுத்தால் குழப்பம் அகலும். வரவேண்டிய பாக்கிகள் வசூலாகும், கூட்டுத் தொழிலில் மேன்மை கிட்டும். மாணவர்கள் படிப்பில் கூடுதல் கவனம் தேவை. வியாபாரிகள் முதலீடு அதிகம் ஆகும்.



(காந்தினை 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ரோயினி, மிகுசுரீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்)

ரிஷபராசி அன்பர்களுே எண்ணியது உடையும். காதல் கனிந்து கல்யாணத்தில் முடியும். தெய்விகத் திருத்தங்கள்களுக்குச் சென்று வர நேரும். உமது மகன் (அ) மகள் உயர்படிப்பு, வேலை வாய்ப்பு தொடர்பாக வெளிநாடு செல்ல நேரிடும். பெண்களால் வாழ்வில் வளமும் நலமும் சந்தோஷமும் கூடும். வீடு, மனை என வாங்கத் திட்டமிட்டது வெற்றிதரும். வேலையில் (அ) தொழிலில் கீழ்நிலையில் பணிபுரிவோரிடம் பக்குவமாக நடந்து கொள்ளவும். கணவன் - மனைவி பரஸ்பரம் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். மாணவர்கள் கடுமையாக உழைப்பதால் இலக்கை அடைய



விவசாயிகள் நிலச் சீர்திருத்தம். அடி உயர்டுதல் போன்றவற்றில் மிகுந்த கவனம் செலுத்துவர். உத்தியோகஸ்தர் கூறுக்கு வேலை கமை கூடுதல் ஆகும். சிலர் பதவி உயர்வுடன் இடமாறுதல் பெறுவர். கனவனர்கள் கணிசமான அலுவலம் அடைவர். வெளியூர் பணி களால் உடல்நலம் பாதிக்க இடமுண்டு. 16.6.2008 அதிகாலை 2.30 முதல் 18.6.2008 மாலை 3.16 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் :

பிரதி செவ்வாய் மாலை 3 - 4.30 ராகு காலத்தில் நுரக்கையம்மனை தீபம் ஏற்றி வழிபடவும். திசை அலுவலதை துவங்குமுன் விநாயகரை வழிபடவும். தடைகள் விலகும்.

முடியும். வியாபாரி கூறுக்கு மருந்து, இரசாயனம், துடிவி, சீபேன்ஸி எதனங்கள் அதிக வாய்ப்பு தரும். கனவனர்களுக்கு புதிய வாய்ப்புகள் பெருகும். சாஸமான் முன் பணம் கிடைக்கும். கொடுத்த வாக்கைக் கூப்பாற்றலாம். 18.6.2008 மாலை 3.16 முதல் 21.6.2008 அதிகாலை 3.11 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் : திசை சூரிய நமஸ்காரம் செய்க. இயன்றவர்கள் மந்திர ஜெபம் செய்க. பிரதி வெள்ளிக்கிழமை வீட்டில் விவக்கு பூஜை செய்தால் ஸ்கமி கடாட்சம் ஏற்படும். மகா ஸ்கமி அஷ்டகம் பாராயணம் செய்ய நன்று.

(மிருகசீரிஷம்)

3, 4ஆம் பாதங்கள்,  
திருவாதினா, புனர்பூசம்  
1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்)

மிதுன ராசி அன்பர்களே!

வெளியூர்ப் பிரயாணம் வெற்றி தரும். புதிய தொழில் துவங்க வாய்ப்பு உண்டாகும். தந்தையின் உடல்நலனில் மிக்க கவனம் தேவை. புதிய முயற்சிகளில் நேரடி கவனம் தேவை. வாக்கில் மென்மை தேவை. தெய்விகப் பிரார்த்தனைகள் பலிக்கும். பிரிந்து வாழும் தம்பதியர் சேர்ந்து வாழ இடமுண்டு. பெண்களின் நீண்ட காலக் களவுகள் நனவாகும். மாணவர்கள் உயர்கல்விக்கு, போதிய



(புனர்பூசம் 4ஆம் பாதம், பூசம், ஆழில்யம்)

கடக ராசி அன்பர்களே!

எந்தப் பணியில் ஈடுபட்டாலும் மன உறுதியுடன் ஈடுபடவும். எண்ணம் ஈடுபடும். கவனம் - மனவலி இடையில் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். கூட்டுத் தொழில் புரிபவர்கள் ஏற்றுப் பக்குவமாக நடந்துகொள்ளவும். பணம் கையாடும் பணியிலிருப்பவர்கள் கவனமுடன் பணிபுரிதல் நலம். பெண்

கள், விரும்பியதை வாங்கி மகிழ்வர். புதிய வண்டி, வாகனம் அமையும். மாணவர்கள், உயர்கல்வி பெற தேவையான ஒத்துழைப்பு கிட்டும். சிலர் வெளிநாடு சென்று படிப்பைத் தொடர



தகுதி பெறுவர். நண்பர்கள் உதவுவர். வியாபாரிகள் அபிவிருத்தி வழிகளை மேற்கொள்வர். உத்தியோகஸ்தர்கள் விரும்பிய இடத்துக்கு பணி மாறுதல் கிடைக்கும். குழந்தைகளால் இன்பம் உண்டு. மாத இறுதியில் எதிர்பாராத துவரவு காத்திருக்கிறது. 31.6.2008 அதிகாலை 3.11.2008 முதல் 23.6.2008 பகல் 1.34 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் :

பிரதி புதன் மகா விஷ்ணுவை துளசி மாலை சாத்தி வழிபடவும். நினைசி காலையில் வெங்கடேச கம்ப பாதம் பாட (அ) கேட்க நன்று. ஒருமுறை கோலிங்கர் யோகநரசிம்மரை வழிபட்டு வரவும்.

வாய்ப்பு உள்ளது. வியாபாரிகள் தொழில் அபிவிருத்திக்கு இடம் உண்டு. மருந்தகம், உணவகம், பல் பொருள் வணிகம் போன்ற பிரிவினர் ஈற்றம் பெறுவர். விவசாயிகள் நன்கு சாகுபடி முறையில் கவனம் செலுத்துவர். நீண்ட நாள் பிரார்த்தனைகள் நிறைவேறும். 23.6.2008 பகல் 1.34 முதல் 23.6.2008 இரவு மணி 9.25 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் :

பிரதி சோமவாரம் (திங்கள்) சிவாலயம் சென்று சிவபெருமானையும் அம்பாளையும் வழிபட்டு வரவும்.



(மகம், பூரம், உத்திரம்  
1ஆம் பாதம்)

சிம்ம ராசி அன்பர்  
கனோ ஏழரைச் சனிவா  
யிறே, தென்ம சனிவா  
யிறே என்ற கவனவகை விடுங்  
கள். பிராப்த மந்தானமான ஆதில்  
யோகக்காரகன் மாகு இருப்பதால் வழக்  
கில் வெற்றி கிட்டும். எதிரிகள் விவகு  
வர். எவ்வே அச்சத்தை விட்டு ஆரோக்  
கியமான மனோதிடத்தை வளர்த்துக்  
கொள்ளுங்கள். அரசு வழி  
அல்லல் தீரும். பெயரும்  
புகழும் கூடும். தேனவயற்ற  
பிரயாணம் தவிர்க்கவும்.  
விவகிய சொந்தபந்தங்கள்  
விரும்பி வந்து சொந்தம்  
கொண்டாடுவர். வெளிநாட்  
டுப் பயணம் வெற்றி தரும்.  
பெண்கள் கணவரிடம்



(உத்திரம் 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள்,  
ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்  
கள்)

கன்னி ராசி அன்பர்களோ சகோத  
ரவழி உறவு வகையினர் பகை மறந்து  
நெருங்கி வருவர். நிவபுலன்களின் மீது  
இருந்த வில்லங்கம் தீரும். கடன் தீரும்.  
கவனவகை விவகும். மகம் (அ) மகன்  
வழியில் நற்செய்திகள் வரும். வெளி  
நாட்டுத் தொடர்பு கிட்டும். சிவர் வெளி  
நாடு செய்வதும் தேரும். அறக்கட்டளை  
கள் அனாமக்க போட்ட திட்டம் வெற்றி  
தரும். கணவன், மனைவி  
இடையில் சிறு சிறு கருத்து  
வேறுபாடு காரணமாகப்  
பிரிந்து இருந்தவர் கூடி  
வாழ இடமுண்டு. மாண  
வர்கள் தமது இலக்கை  
அடைந்து மகிழ்ச்சிக்கடலில்



விட்டுக்கொடுத்துப் போவது நலம்.  
வியாபாரிகள் செவ்வொழுவில் பெயரும்  
புகழும் பெறுவர். வெளிநாட்டுத்  
தொடர்பு கிட்டும். அரசு வழி அல்லல்  
தீரும். தொடர்பு துலங்கும். உத்யோகங்  
தர்கள் பணிசெய்த பிரயாணங்கள் செயல்  
தேரும். மறைமுக வருவாய் பெறுமோர்  
மிக மிக எண்ணிக்கையுட விரும்புது நலம்.  
25.6.2008 இரவு 9.25 முதல் 28.6.2008  
அதிகாலை 2.08 வரை சந்திராவட்டமம்.  
கவனம் தேவை.

பரிசாரம் : திணைக்காலை  
சில் குறிய நமஸ்காரம் செய்ய  
வும். பிரதேசக் காவல்துறில்  
விவகிய தரிசனம் செய்க.  
'ஆதித்யாவிருதயம்' பாரா  
யணம் செய்ய நன்று. பிரதி  
சனிக்கிழமை ஏழைகளுக்கு  
இயன்ற அவை தாவதாயம்  
செய்க.

திணைக்கலாம். வியா  
பாரிகளுக்கு புதுப்  
புது ஒப்பந்தங்கள்  
உருவாகும். உத்யோகங்  
தர்களுக்கு விரும்பிய இட  
மாறுதல் கிட்டும். தடைப்பட்டு  
கிடந்த பதவி உயர்வு கிட்டும். மாந  
ஆயம்ப் முதல் 26.08 மாலை 5.32 வரை  
மற்றும் 28.6.2008 அதிகாலை 2.08 முதல்  
30.6.2008 அதிகாலை 3.50 வரை  
சந்திராவட்டமம். கவனம் தேவை.

பரிசாரம் : பிரதி புதன் மகாவதிஷ்  
ணுவை துவசி மாலை சாழ்ந்  
வழிபடவும். 'விஷ்ணு சகஸ்ர  
நாமம்' படிக்க (அ) கேட்க  
நன்று. வசதியற்ற மாணவா  
களுக்கு கல்வி பயில் இயன்ற  
அவவு உதவலாம். இக்கணங்  
தீவன வழிகள் விரிவாகும்.



(சித்திரை 3, 4 ஆம்  
பாதுங்கள், கவாதி,  
விசாகம் 1, 2, 3 ஆம்  
பாதுங்கள்)

துலாம் ராசி அன்பர்களே!

கல்வியில் மேன்மையும் கலை

புனாவில் விருப்பமும் கூடும்.

எவ்வளவு ஈடேறும், எதிர்ப்புகள் வில

கும், கடன் தீரும். விரோதிகள் விலகுவர்.

சிலருக்குக் காதல் திருமணம் சாத்திய

மாகும், கஷ்ட சம்பந்தமான நிறு நிறு

உபாசைகள் வர இடமுண்டு.

வாக்திவாய் வலமும் நல

மும் சேரும், சகோதர வழி

யில் நிறு நிறு சஞ்சலம் உண்

டாகி விலகும். வீடு, மனை

வாங்க யோகம் உண்டாகும்.

மாணவர்கள் உயர்கல்வி

பயில தடைவிலகும். சிலர்



(விசாகம் 4ஆம் பாதும், அனுஷம்,  
கேட்டை)

விருச்சிக ராசி அன்பர்களே! சரளமான  
பணப்புழக்கம் உண்டாகும். கொடுத்த  
வாக்கைக் காப்பாற்றலாம். புதிய முதலீடு  
களில் மிகுந்த கவனம் தேவை, செய்  
தொழிலில் நிலவிய சஞ்சலமான போக்கு  
சரியாகும். கணவன் - மனைவி ஒரு  
வருக்கொருவர் அனுசரித்துப் போவது  
நலம். மாதந்தின் பிற்பகுதியில் காதல்  
கவிர்த்து வரும், வீட்டில் விருந்தினர்  
வருகை அதிகரிக்கும். பெண்  
கள் எண்ணிய எவ்வளவு  
ஈடேறும், மாணவர்கள்  
சாதனை புரிவர், உயர்  
கல்விக்காக வெளிநாடு  
செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும்.  
ஆய்வுக் கல்வியில் அனுகூல  
மான போக்கு நிலவும்.



வெளிநாடு சென்று படிக்கவும் இயலும்.  
உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு வேலைப் பளு  
கடும். சிற்றிளை சிப்பந்திகளிடம் சற்று  
அனுசரணையாக நடந்துகொள்ளவும்.  
கலைஞர்களுக்கு வாய்ப்புகள் பெருகும்.  
எடிட்டிங், பிராஃபிகிங், ஸ்டைட், அரங்க  
அமைப்பு, வானம், பாடல், டைரக்டிவ்  
போன்ற பிரிவினர் மிக்க அனுகூலம்  
அடைவர். 2.6.2008 மாலை 6.06 முதல்  
3.6.2008 மாலை 6.17 வரை சந்திராஷ்டமம்.  
கவனம் தேவை.

பரிகாரம் : நினைசி சூரிய  
நமஸ்காரம் செய்க, காயத்ரி  
மந்திரம் 108 முறை சொல்ல  
வும். இயலாதவர்கள் 37  
முறையாவது சொல்லவும்.  
பிரதி வெள்ளிக்கிழமை மகா  
ஸ்டகமியை தெய் தீபம் ஏற்றி  
வழிபடவும்.

வியாபாரிகளுக்கு புதிய  
வாய்ப்புகள் பெரு  
கும். அரசு வழியில்  
வங்க நெருக்கடிகள் தீரும்.  
வங்கிகள் ஒத்துழைப்புக்கு  
குறைவில்லை. உத்தியோகஸ்தர்  
களுக்கு விரும்பிய இடமாறுதல்  
கிடைக்கும். நிறுவனத் தொகை வர  
வாய்ப்பு உள்ளது. கலைஞர்களுக்கு  
அதிக பிரயாணமும் அதிக வருவாயும்  
கிட்டும். கேமிரா, பிராஃபிகிங் கலை  
ஞர்கள் அதிக அனுகூலம் பெறுவர்.  
4.6.2008 மாலை 6.17 முதல்  
5.6.2008 மாலை 6.36 வரை  
சந்திராஷ்டமம். கவனம்  
தேவை.

பரிகாரம் : பிரதி செவ்வாய்  
யோக நரசிம்மரை வழிபட  
வும். தூக்கைக்கு ராகு காலத்  
தில் தீபம் ஏற்றவும்.

(மூலம், பூரடம், உத்திராடம் 1 ஆம் பாதம்)

தனுசு ராசி அன்பர்களை!

புதிய முயற்சிகளில் இறையனார் கவத்தினால் வெற்றி கிட்டும். முன் அறிமுகம் இல்லாதவர்களிடம் பண்பரிமாற்றங்கள் செய்வது சிக்கலாகி விடும். எச்சரிக்கை தேவை. அரசு வழியில் நிலவிய சிக்கல் எதுவானாலும் தீரும். குடும்பத்தில் கணவன் - மனைவி இடையில் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். சிலர் செய்த முதலீட்டைத் திரும்பப் பெற இடமுண்டு. தொழில் முறையில் வெளிநூர் சென்றவர்கள் மனைவி



(உத்திராடம் 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2ஆம் பாதங்கள்)

மகர ராசி அன்பர்களை! எந்த முயற்சியானாலும் பதற்றம் இல்லாமல் செய்ய நன்று. அவசியமற்ற பிரயாணங்களைத் தவிர்க்கவும். மகன் (அ) மகள் வழியில் சுபச்செலவுகள் வரும் வாய்ப்பு உள்ளது. தெய்விகப் பிரார்த்தனைகளை நிறைவேற்றுவீர்கள். சகோதர வழி உறவுகளினால் எதிர்பாராத சந்தையும் மனஸ்தாபம் உண்டாகும். உமது உடல்நலனிலும் உமது மனைவியின் உடல் நலனிலும் பிரத்யேக கவனம் தேவை. கணவன் - மனைவி ஒருவருக்கு ஒருவர் அனுசரித்துப் போவது நலம். மாணவர்கள் ஆய்வுக்கல்வியில்



மக்களுடன் சேர்ந்து வாழ இடமுண்டு. பெண்கள் விருப்பங்கள் நிறைவேறும். எனினும் விடாமுயற்சி தேவை. மாணவர்கள் உயர்கல்வி பயில போதிய ஆதரவு கிட்டும். வியாபாரிகளுக்கு புதிய ஏஜென்சி கிடைக்கும். பங்கு மார்க்கெட்டில் முதலீடு செய்தவர்கள் கவனமுடன் சமாளிப்பது நலம். பிரயாணம் மூலம் தொழில் தளம் புரிவோர் மிக்க அனுசூலம் பெறுவர். 8.6.2008 மாலை 3.36 முதல் 8.6.2008 இரவு 8.52 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் :

பிரதி வியாழன் தட்டி னாரமூர்த்திக்கு நெய் தீபம் ஏற்றி, மஞ்சள் நிற மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும்.

அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும். வியாபாரிகளுக்கு அரசு வழி கெடுபிடிகள் வர வாய்ப்பு உள்ளது. சற்று முன் வெச்சரிக்கையுடன் இருக்கவும். உத்யோக உயர்வு என்ற பெயரில் விகும்பாத இட மாறுதல் கிட்டும். களவொழிக்களுக்கு தொழில்நிலை மேம்படும். காரியத்தில் கவனமாக இருக்கவும். 8.6.2008 இரவு 8.52 முதல் 11.6.2008 அதிகாலை 3.36 வரை சந்திராஷ்டமம்.

பரிகாரம் :

பிரதி சனிர் கிழமை அருகில் உள்ள பெருமான் கோயிலில் கவாமிக்கு துவசி மாலை சாத்தி அர்ச்சனை செய்க. திவாளி விநாயகரை வலம்வந்து அன்றாடப் பணியைத் தொடங்கவும்.



(அக்ட்டம் 3, 4ஆம் பாதங்கள், சத்யம், பூட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்)

தும்ப ராசி அன்பர்களுே

விசேஷிகள் விலகுவர், கடன்

கணிசமாகக் குறையும். வாக்வி வாய், வளமும் நலமும் சேரும். வெளி நாட்டுத் தொடர்பு கிட்டும். கணவன் - மனைவி இடையில் கருத்தொற்றுமை தேவை. சிபர் உத்தியோகம், வியாபாரம், தொழில் வழியிலான பிரயாணங்களி னால் மனைவியைப் பிரிந்து செல்ல நேரும். புதிய முதலீடு செய்யும்போது மிகுந்த எச்சரிக்கை தேவை. பெண்களின் நீண்ட காலக் கனவுகள் நலவாகும். மகனின் வாக்குக்கு கணவரிடம்



மதிப்பும் மரியாதையும் கிட்டும். உயர் கல்வியைத் தேர்வு செய்வதில் மிகுந்த குழப்பம் நிலவும். தக்கவரிடம் ஆலோ சனை கேட்பது நன்று. வியாபாரிகளுக்கு பணியாட்கள் மூலம் நிலவிய சங்கட மான போக்கு அகலும். அரகக்குச் சொலுத்த வேண்டிய பாக்கிகளைச் சொலுத்தவும். பதவி உயர்வு கிட்டும். மேல் முறையிட்டிய் வெற்றி கிட்டும். கனவஞர்கள் அபாய முன்னேற்றம் அடைவர். 11.6.2008 அதிகாலை 3.50 முதல்

13.6.2008 பகல் மணி 2.25 வரை சந்திராஷ்டமம் கவனம் தேவை.

பரிகாரம் : பிரதி சனிக் கிழமை ஐயனாரை வழிப டவும். இயலாதவர்கள் குல தெய்வ வழிபாட்டை மன முக்கு செய்ய நலம்.

(பூட்டாதி 4 ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி)

மீன ராசி அன்பர்களுே

வாக்விவாய் ஜீவனம் புரிவோர் மிக்க ஏற்றம் அடைவர். புதிய நிலபுலன் வாங்க முயலும்போது அதன் மூல ஆவணங்களை ஒன்றுக்கு பயமுறை பரிசோதித்து பின்பு முடிவுக்கு வரவும். பெண்கள் எதிர்பாராத அனுகூலம் பெறுவர். கணவன் - மனைவி இடையே அனுசரித்துப் போகவும். மாணவ மணிகள் கடின உழைப்பினால், சாதனை படைப்பர். மாதக் கடைசி மிய் வெளிநாடு செல்வ வாய்ப்பு கிட்டும். வியாபாரி களுக்கு அரக வழி அல்லல் அகலும். விவசாயிகளுக்கு நிலவள வங்கி மூலம் தேனவயான கடன் கிடைக்



தும். உத்தியோகஸ்தர் களுக்கு விரும்பிய இடமாறுதல் கிட்டும். சிலருக்கு வீடு கட்ட, மனை வாங்க, வண்டி வாங்க அரக வழியில் கடன் கிடைக்கும். கனவஞர்கள் அனைத்து பிரிவி னரும் நல்ல முன்னேற்றம் அடைவர். பெண்கள் எண்ணிய எண்ணம் நடைபெறும். 13.6.2008 பகல் மணி 2.25 முதல் 15.6.2008 அதிகாலை 3.40 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் : பிரதி வியாழன், சிவா லயம் சென்று சோமஸ்கந்த ரையும் தட்சிணாமூர்த்தியை யும் நெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும்.

"எப்போத்பாட்ட

நாத்திகளாய்

இருந்தாலும், மரண

பயம், நெஞ்சு கும்போது,

இறையவன் தினவக்கமாய்

இருக்க மாட்டான், தண்ணீரில்

முற்றிக் கத்தலிக்கும் சமயத்தில் எவ்வளவு

வடைக்கும் மாந்தனுண்டு போய், யாராவது

தூயிக்கும் இறையவனின் திருநாமங்கலவாக்

கேட்டு அவைதி

பெறுவான்"

பாமாச்சாரியாள்

உதித்த

இரத்தினங்கழுள்

இவரும்

ஒன்று.



மேன்

# நான் உன்னைப் பார்த்தேன்!

அவர்களின் மரணம் இப்  
படிக்குறையோ

நான், நான் என்

பெருமை அடித்துப்

கொண்ட நான், என்னது

என்ற ஆவனம் தீயின்

'நான், நான் என்று அகங்காரப்படு  
பவர்கள் கூட, அந்தக் காலம் வரும் சமயத்தில்  
ஆண்டவனைப் பற்றிக் கொள்ளத் துடிக்கிறார்கள்.

எதிர்பாராமல் யாருக்காவது  
விபத்தோ அல்லது மாரடைப்போ வந்  
பட்டால் மருந்தகத்தில் ICUவில் சேர்க்  
கப்படுகிறார்கள் அல்லவா? மரண பயம்  
பிடித்துக் கொள்கிறது. அப்போது

எல்லாவற்றிலுக்கும் ஆதி, நடு, அந்தம்  
காரணமான ஆண்டவனாகிய உன்னை  
(YOU) பார்த்தேன் (SEE).

I C (see) U (you) (Intensive Care  
Unit)க்கு இப்படியும் ஒரு விளக்கம்  
இருக்கும் போலிருக்கிறதே...

- எச். மங்களா ஹரிஹரன்,  
முதுவண்டு.



அமைதியான முறையில்

ஆர்ப்பரிக்கும் அறிமுகம்..!

EasyCook

Annam

சௌபாக்யா அறிமுகப்படுத்துக புதிய சைக்கிள் குக்கர்  
விசிறியை அமைதியான சைவத்தை நுகரிறது.



EasyCook



Annam

No Gas | No waiting | No waiting | Environment Friendly | Easy Use

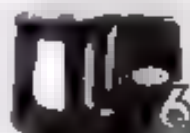
110v  
available for  
USA & CANADA



TILTING  
GRINDER



Free



Sakthi



Sweet



Free

**SOWBAGHYA**

AN ISO 9001:2000 CERTIFIED COMPANY

- 32A, North Uman Road, T. Nagar, Chennai - 600017. Ph: 2834 5700 / 2834 2908, Fax: 4202 3928
- 5, Hasthinapuram Main Road, Chrompet, Chennai - 600048 Ph: 2223 4420
- 314, Perundurai Road, Erode - 638 011, Ph: 0424 2280245, 2289985
- 1254, Medur Road (E.V.R. Road), Erode - 638 011 Ph: 0424 2224492.

Authorized Distributors • Dubai: Hedi Enterprises, P.O. Box No 5833, Dubai Ph: 00971 4 3470310

- Malaysia: Ajuntha Textiles, SDN. BHD. No. 20, 22, 24, 26, Jalan Terengganu, Kelana 41000 Klang, Selangor Ph: 0060 3 33717571
- Sri Lanka: Good Value Distributors (Easwaran Brothers) 267 Sea Street, Colombo 1, Sri Lanka. Ph: 0094 11 2435842
- US: Jansky Foods, 938 Lee St., Elk Grove 1, 95007 USA, Ph: 001 847 525-0788





மண் நீக்கிச் சுத்தம் செய்து நி  
திமிடம் ஊறவைத்து நன்றி  
வடித்து விட்டு, மிக்ஸிடிங்  
போட்டு பவுடர் பண்ணி சலித்துக்  
கொள்ளவும். பின் புளித்த கஞ்சியைப்  
தேவையான அளவு பாத்திரத்தில்  
உலர்நீர் கொதிக்க வைக்கவும். அதில்  
கம்பு, குருணை முதலில் போட்டு  
நன்கு வேகவைக்கவும். தேவை  
யான அளவு உப்பு போடவும்.  
பின் கம்பு மாவையும் போட்டு

# உடம்புக்குள்ளே ஏ.ஸி!

விவரில் சர்க்கை போடு போடுவதற்கு.  
உடம்புக்குள்ளும் ஏ.ஸி தேவையப்படு  
பவர்கள் கம்பு சோறு ஆக்டி, அதைக்  
கடைத்த மோரில் கரைத்து சின்ன வெங்  
காயம் சேர்த்துக் குடிக்கலாம். இதை எளி  
தான முறையில் விட்டிலேயே செய்யலாம்.

தேவையான பொருள்கள் :  
கம்பு - 500 கிராம்,  
புளித்த கஞ்சி - 1 லிட்டர்,  
உப்பு தேவையானது.

செய்முறை :

கஞ்சியை நீர் விட்டுக் கலந்து எடுத்து  
வைத்துக்கொண்டால், அடுத்த நாள் உப  
யோகித்துக் கொள்ளலாம். கம்பை கல்

நன்கு கிளறவும். அடுப்பை சிம்மில்  
வைத்து மூடிவிடவும். அடிக்கடி கிளறவும்.  
கைலில் ஒட்டாத பதத்தில் வெந்நீர்  
வுடன் எடுத்து உருட்டிப் போடவும்.  
உருண்டைகள் மூழ்கும் வரை தண்ணீர்  
ஊற்றவும். மறுநாள் கடைத்த மோரில்  
உருண்டையைப் போட்டுக் கரைத்து,  
உப்புப் போட்டுப் பருகவும். தொடர்ந்து  
கொள்ள சின்ன வெங்காயம், மோர் பிள  
காய், மாங்காய் கறுகாய், வடாம் மாவ  
லாமே சூப்பர் டேஸ்டாக இருக்கும்!

- சி. மகாலட்சுமி சந்திரசேகரன்,  
திருச்சி - 17.



# 50

சமையல் அளவையில் கடிதாடி  
இருப்பது மிக அவசியம். காலை  
நேர அவசரத்தில் சரியான நேரம்  
தெரிந்தால்தான், குழந்தைகளுட  
கான டிபன், சாப்பாடு ஆகிய  
வற்றை உரிய நேரத்தில் சமைத்து  
முடிக்க முடியும்.

- மீனாட்சி குருராஜ்.  
விழுப்புரம்.



புலனா சாமா, தென்பாதி  
(சீர்காழி).

பித்தக்குளி முருகதாஸ் அவர்  
காரின் கண்ணாடிகள், அவரது ஹன்  
டோனியம் பெட்டியிலிருந்து வரும்  
இரை - இவற்றில் தங்களுக்கு எது  
பிடிக்கும்?

ஹய்யேட்டா! என் வர  
லாகக் கண்டுபிடிச்சே தீருவ  
தென்று அண்டாட்டி. வசவியம்  
தீர்மானம் செஞ்சுட்டாங்க  
போனிருக்கே! ஏ.ஆர். ரஹ்  
மான், மாவன், ஜி.வி. ரிச  
காஷ்ணு ஏதாவது கேளுங்  
களேன் புலனா!

எஸ். விஜயலெட்சுமி,  
மயிலாப்பூர்.

வசவியரின் படைப்பு இடம்  
பெரும் மண்ணை மண்ண அண்டித  
ழாக அனுப்பி வைக்கும்போதே  
பங்கேற்பு என்விதமாயும் 'பின்'  
செய்து அனுப்பினிடலாமே!  
இரண்டையும் தனித்  
தனியாக அனுப்  
பும் தயார் செல்லு  
வீண்டாரே?



## அனுஷா நடராஜன்

சிக்கல சிகாமணிபெட்ட ஜாடியா  
எண்ணுவோ நம்மாதான் இருந்த  
ஆனாம். அஞ்சல்துறையின்  
சிறப்பு அனுமதி வாங்கி பட்டு  
வாடா செல்வதால், மாவண்ணம்  
மலர் புத்தகம் தவிர வேறு எதை  
காணது சேர்த்து அனுப்பினாய்,  
அப்படும் 'டின'னு தான்!

ஜெயலக்ஷ்மி வீசுவதாதன், கோவை - 3.

சகீபத்தில் உங்களைச் சிரிக்க வைத்த நபர் யார்?  
வேறு யார்? நம்ப அமெரிக்க அண்ணாச்சி  
புஷ்தான்! இருந்தியாங்க எல்லாம் சத்தான உணவா  
சாப்பிட்டுச் சாப்பிட்டே, உலகத்து உணவுப் பெருந்  
டோட விலைவாசியை ஏறிடுச்சாம். சூப்பா எட்டேட்  
மெண்ட் விட்டிருக்காரு. சிரிக்க சிரிக்க...

# வி





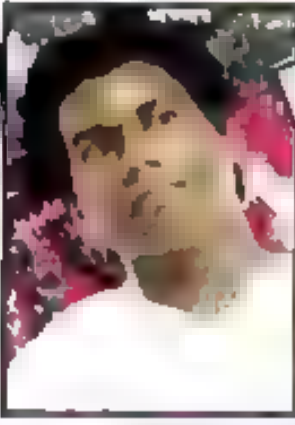
அன்பு வட்டம்!



எம். சங்கீதா, லிபுர்ப்புரம்.  
ஆவி உண்டு என்பதை நம்புகிறீர்களா?  
நம்மளம்...? ரிண்டே, ஜூட்டி, கொழுக்கட்டை  
எல்லாம் எப்படி வேகிறதாம்?

கே. ஜெயபிரகாஷ், கும்பகோணம் - 1.  
எங்க கும்பகோணத்துக்கு வந்திருக்கீர்களா?  
கும்பகோணம் வந்தேன்? உயிரைப் பறப்பது ரிபுக்கக்  
கிட்டு ஓடி வந்தேன்! சில, பல வருஷங்களுக்கு  
முன் மகாமகக் குளத்தில் நம்ப ஜெயபிரகாஷ்  
சசிகலாவும் புனித நீராடினாங்கனோ...! அன்னிக்கு  
'ரிபோர்ட்' செர்ய வந்திருந்தேன். ஆரம்பத்துல  
அப்படியெல்லாம் கூட்டமில்லை. திவ்னு ஒரு

ஒட்டுவதற்கு வாகனம்,  
நாகை வெளியே நீட்டு  
கிறது. அந்தப் பெண்



# உண்டா அனுஷா?

தெரவிசாப்டர் காணத்தில் பறந்து வந்தது. அப்பறம்  
ஜெயேந்திரன் வந்தான். அங்கு வந்தான்! எங்கிருந்ததான்  
அப்படியொரு கூட்டமோ? எட்டுத் திசையிலிருந்தும்  
திமுதிமு என்று வந்து, மக்கள் குவிய, நெரிசல்...  
தன்னுமல்ல...! யானே ஒரு புண்ணியவான்  
கைரிடித்துத் தூக்கிவிட ஆறு அடி உயர கவற்றில்  
எல்லைபட்டமேன் போல வறி, மறுபக்கமாய் குதித்து  
நல்லவேளை... நான் தப்பித்தேன்... வாசலில் மட்டிக்  
கொண்டாங்கல்!

மறந்து விட்டுச் சென்ற  
பள்ளி ஆணியோடும்  
கை... எடுத்துக்  
கொண்டு எவ்வளவு பல  
சரிசு ரிண்டால் ஓட்டி  
மாய் குடுகிறது. 'உண்டாய்  
சப்போர்ட் அண்ட் கேர்'  
பற்றிய வேட்கையோடு  
வினாபரம் அது! நடுத்திருப்பது  
வேட்கையோடு  
சின் புகழ்பெற்ற  
நட்சத்திர நாய் 'பக்'!  
சிம்ரினாடி, சென்னை  
வினா கற்பனை!

மைதிலி ராகவன், திருச்சி - 2.  
அனுஷா, ரசித்த புகை விளம்பரம் எது?  
அந்தச் சிறுமி வர்ணம் தீட்ட உட்காந்ததால்,  
எல்லாசாக பிரஷ் எடுத்துத் தருகிறது. எட்டாய்

என். கார்த்திகேயன், ஸ்ரீபெரும்புதூர்.  
கோடை விடுமுறைக்குச் செல்வ எந்த ஊர்  
'நி பெஸ்ட்'?

அது சின்னக் கிராமம்தான்! ஊர்  
நடுவே தாமரைக் குளம் இருக்கும். புறக்  
கல் பறக்கும் கோவில் இருக்கும். ஊஞ்சு  
லாட ஆசை விரிமுதுகல் இருக்கும்.  
சுட்டல் வண்டி மென்ம ஊர்ந்து போக,  
தண்டவாளம் இருக்கும். ஒளிந்து விண்ண  
வாட குச்சிக்கிழங்கு, கரும்புத் தோட்டங்  
கல் இருக்கும். ரோஸ் கலரில் ஐவ்வு  
மிட்டாய், பல்ப மிட்டாய், மாங்காய் பத்தை  
விற்கும் கயிற்றுக் கட்டில் கடைகள் இருக்  
கும். அது... அவங்கவங்க தமதம் - பாட்டி  
ஊம்தான்!

வே. பிரேமா நரசிம்மன், சென்னை  
- 33.

அந்தக் காலத்து பாலுமதி, சாவித்திரி,  
பத்மினி கேஆர். விஜயா பேசை இந்தக் காலத்து  
நடிமைகளுக்கு நடிக்க வரவில்லையே?

'அண்ணா', 'கைகொடுத்த தெய்வம்',  
'வியட்நாம் வீடு', 'கற்பகம்' போன்ற  
நடிக்க எங்கோப் உங்கள் கதாபாத்திரங்களை  
முதல்வ கொண்டு வரங்க...! அப்புறம்  
குத்தம் குறை சொல்லணாம்!

ராஜி குருஸ்வாமி, ஆதம்பாக்கம்.  
அனுஷா, உங்க மயங்கிடு நீங்க 'மதர்ஸ்டே'  
அண்ணாக்கு எப்படி வாழ்த்துத் தெரியிச்சீங்க?

உங்க குட்டம் என்ன செஞ்சாங்க?  
அனுஷா : "ஹலோ அம்மா.. ஹாப்ரி  
மதர்ஸ்டே...!"

அம்மா : "தாங்க்யூ...! டயரிஸ் அரட்டை  
அரங்கம் பார்த்துக்கிட்டிருக்கேன். அப்  
புறமா பேசு!"

அனுஷா : "ஹலோ கண்ணா! எப்படி  
இருக்க செல்லம்? இன்னிக்கு  
மதர்ஸ்டே! மறத்தாட்டியா?"

மகன் : "அம்மா... நான் ரோமிங்ஸ்  
இருக்கேன். அப்புறமா பேசு!"

என். யமுனா, திருப்பட்டுர்.  
திரைய குறிப்புகளில் வாசிகள் நாட்டுச்  
சர்க்கரை என்று குறிப்பிட்டுள்ளனர். நாட்டுச்  
சர்க்கரை என்றால் என்ன? நாட்டுச் சர்க்கரைக்கும்  
சாநாரண சர்க்கரைக்கும் என்ன வித்தியாசம்  
என்பதைக் குறிப்பிடுங்கள்...?

சர்க்கரை, நாட்டுச் சர்க்கரை இரண்டுமே  
கறும்புச் சாறிலிருந்து எடுக்கப்படு  
வதுதான்! ஜீனி எண்ப்படும் வெக்வை  
சர்க்கரை - ப்ளீச் செய்யப்பட்டது. நாட்டுச்  
சர்க்கரை ப்ளீச் செய்யப்படாமல் ப்ரவுன்  
நிறத்தில் இருக்கும். இவை தவிர,  
பணங்கற்கண்டு என்றும் ஒன்று உண்டு.  
அது பணம்பழத்துச் சாறிலிருந்து தயாரிக்  
கப்படுவது... சர்க்கரை - அதுமாம், நாட்டுச்  
சர்க்கரை - மத்தியம், பணங்கற்கண்டு -  
உத்தமம்!

தாங்கல் 30 பார் தி எஸ்டீட் கேவ்வி



கடவுளுக்கு காணிக்கை  
செலுத்த நிலைக்கும் அன்பர்கள்  
அந்தந்த நாட்களில் [முடிபாவிட்  
டால் அதற்கு முன்வரும் விடு  
முறை நாளில்] நாம் இஷ்டப்பட்ட  
சன்னதிக்கு முன் விசக்குகள்  
வைத்த இடம், சுற்றுப்புறம் இவற்  
றைச் சுத்தம் செய்யலாமே. அன்பு  
மட்டும் கடவுள் அல்ல, தூய்மை  
யும்தான்.  
- யீனா ஜே. ராதன்,  
திருச்சி - 2.



Near New Bus Stand, Trichy Road, **THANJAVUR - 5**

### UG & PG Programmes

**B.Sc., & M.Sc** Hotel Mgt. & Cul. Science  
**B.Sc., & M.Sc** Fashion Tech. & Costume Design  
**B.Sc., & M.Sc** Visual Communication  
**B.Sc., & M.Sc** Bio Technology  
**B.Sc., & M.Sc** Nutrition & Dietetics  
**B.Sc., & M.Sc** Computer Applications  
**B.Sc., & M.Sc** Information Technology  
**B.C.A & M.Sc** Computer Science  
**B.Sc., & M.Sc** Mathematics  
**B.Com & M.Com** Commerce  
**B.B.A & M.B.A** Business Administration  
**B.Lit & M.A** Tamil (AICTE APPROVED)  
**B.Sc** Chemistry **B.Sc** Physics  
**M.Sc** Bio Informatics **M.Sc** Electronic Media

## DIPLOMA PROGRAMME

**D.F.T.** Diploma in Fashion Tech

### P.G. DIPLOMA PROGRAMME

**P.G.D.A.F.T.** - P.G. Diploma in Apparel Fashion Tech.

**P.G.D.C.H.N.**—P.G. Diploma in Catering & Hotel Mgmt.

**P.G.D.B.I** - PG. Training in the Interference

**P.G.D.B.A.** *Ph.D. Degree in Business Administration*

### Prospectus and application forms

	IN PERSON	BY POST
UG	50	80
PG	100	125
MBA	250	300

D.D drawn in favour of 'BHARATH COLLEGE OF SCIENCE AND MANAGEMENT' Providing THAMBAVARU

**SPOT ADMISSION!! GOVT SCHOLARSHIP**

CAMPUS INTERVIEW 1113 TRAINING AND PLACEMENT

Prof.N. GANESAN M.Com M.Phil. (Ph.D.)

Mrs. PUNITHA GANESAN B.Sc. M.A.

CHINESE

Secretary

## A PLACE TO LEARN FOR BETTER PLACEMENT

**மகான் ஸ்ரீ காரைச் சித்திரின் அருவாசியுடன்...**



## முலிகை மருந்தின் மூலம்

**ஆரோக்கியமாக வாழங்கள்!**

சாங்காங் சீர்திருத்தத்தில் முன்னம் உடல் எடையை மூலமாக மருத்து. உணவு மற்றும் வயிற்று நுரையு கெட்டம், கைதாங்கு, மாதவியை கெடாது சூழத்தையின்கம் அனைத்திற்கும் 100% உத்தரவாசம் கொடுத்து டீசெமெண்ட் எடுக்கப்படும்.

மூட்டுவதில் அனைத்து வகைகளும் தீவிரமும் உண்டு.

சோரியஸ் ஸ்டார், ஆய்வுகூறு வகை கோல் கோய்கள், ஸ்டார்ஷிப் கருத்து மூலம் குணம் அளிக்கப்படும்.

சர்க்கரை தோண்டி எடுத்ததில் மூலிகைகள் மிகுந்தது. மூலிகை உணவு, மூலிகைகூடிய கேஸ்வரம் கொடுத்து சரி செய்திதோம். பாலசாஸம் கொடுப்பது பூரிடா, திரிபேட்டையை குறைத்து ஹீயோ களோபினை அதிகரிக்க செய்திதோம்.

தாய்மலர்கள், மண்ணிப்பர்கள், வகுத்தும் அடையக்கூடிய கணவரின் குடிபழக்கத்தை நிறுத்தி -  
மரணிகை மாந்தர, கவுண்டிசென் தூப்பனம்

**டாக்டர் சி. பாலசுப்பிரமணியம்** (சித்திர அமைப்பாளர்)

ஸன்சாரஸ் ஹெரல் பல் கிளிளிசு

33. முத்துக் கைவிட்டாள் (புதிதான கதை)

H.O. Gerechtigkeit - 17, Gerechtigkeit: 8534 1646

Q. 92824 27772, 94443 38713

[illegible]

B.O. ராஜீவ் தலை. கவுண்ட்ஸ்/புலவர்.

Customer Support, 800-432-7016

© 1997-2000 by the American Psychological Association or one of its allied publishers. This article is intended solely for the personal use of the individual user and is not to be disseminated broadly.

முதல் ப.த.சுவர், குளிப்புள்ளிகள் நீர்மூலம்

புதுவகையில் இ. அரங்கம், மாவட்ட நீதிமன்றம்

എസ്റ്റിമേറ്റ് ചെയ്ത, മൂലധനം 1000

மூலக் கவிஞர், வெள்ளைக்கோட்டை, தஞ்சாவூர், தமிழ்நாடு

பெரிய பிழைகளைச் செய்து விடுவதற்கு உத்தேசம்.

• **Unemployment**

© 2004 Blackwell Publishing Ltd *Journal of Internal Medicine* 255: 105–112

● 2000年11月1日

320 கி.மீ.யை எவ்வாறென்பது பரிசீலனாகிறது. அதற்குரிய



**தமிழகத்தின்  
அனைத்து  
உரைபடித்  
தலைவர்களும்  
ஒட்டத்துறை கிராமப் பகுதி  
சென்று பார்வையிட்டு  
வரும்படி, அரசாங்கம் ஒன்று**



“ஒவ்வொரு குழந்தைக்  
கும் தாமரை கல்லி. அதுமே,  
எவது வாழ்நாள் சபதம்” எனக்  
கூறுகிறார் ஒட்டத்துறை கிராமப் பகுதி  
சாயந்தித் தலைவி எம். லிங்கம்மாள்.  
வயது நாற்பது. பள்ளித் திருவிழா நேரம்  
பெற்றிருக்கிறார். கல்லூரிப் படிப்பைத்  
கவனம் தொடர முடியவில்லைபோ  
லென்று சொல்லும். அவரது  
விழிகளில் தேங்கி நிற்கிறது.

நோவை மாவட்டம்,  
மேட்டுப் பாளையம்  
அருகே ஒட்டத்துறை கிராமப்  
பகுதியில். அதன் சூர்  
கிராமப் பகுதிகளை சுற்றி  
பாய்ந்தோடி சென்ற பவானி  
ஆறு அவளைத் தூசுச் செல்  
கிறது. அதனால், எவ்வு  
பார்த்தாலும் வாழை,  
தேன்னா, பாக்கிர

# லிங்கம்மா சபதம்!

உதாரணமாக, அனைத்து  
உரைபடித் தலைவர்கள்  
நாளைக்காலம் வரை  
படுத்தியிருக்க வேண்டும்  
கிராமம்.

மாங்குளம் பகுதி  
கோமேட்டி உள்ளது.  
அந்தப் பள்ளி வண்ணப்  
பட்டில் பதிக்கப்பட்ட  
மாணிக்கங்களாக ஒளி வீசி  
வருகின்றன. ஒட்டத்துறை  
கிராமப் பகுதியைப் பெற்றிருக்க





கும் விருதுகள்.

கடந்த காலங்களில், தமிழக அரசினால் 'சிறந்த ஊராட்சி' விருதும் ஒரு வட்ச ரூபாய் ரொக்கப் பரிசும், கிராம சேவா த்து விருது- தமிழ்நாடு பத்திரிகையாளர் சங்கத் தில் 'கிராமப் பஞ்சாயத்து ஜம்பவான்' விருது, 2006ல் மத்திய அரசின் தீர்மல் புரஷ்கர் விருது, இரண்டு வட்ச ரூபாய் ரொக்கப் பரிசு, 2007ல் தமிழக அரசின் உத்தமர் காந்தி விருது, ஐந்து வட்ச ரூபாய் ரொக்கப் பரிசு, உலக வங்கிப் பிரதிநிதிகள், கிராமத்துக்கு வந்திருந்து ஆய்வு செய்து அளித்திருக்கும் சான்றிதழ்... இதுபோன்ற பல விருதுகளும், பல ரொக்கப் பரிசுகளும் தொடர்ந்து பெற்று, இந்தியாவின் 'தெம்பர் ஒன்' கிராமப் பஞ்சாயத்தாக விளங்கி வருகிறது ஒடந்துறை.



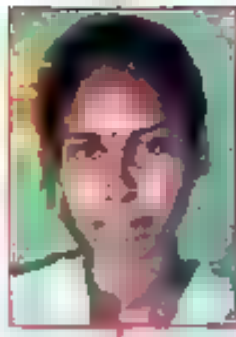
பஞ்சோத ரூக் கிராமங்களைக் கொண் டது ஒடந்துறை கிராமப் பஞ்சாயத்து. அதன் மொத்த மக்கள் தொகை ஆறாயிரத்து ஐந்தாய்.

தற்போது ஒரு உயர்நிலைப் பள்ளி, மூன்று இடங்களில் தொடக்கப் பள்ளிகள் என மொத்தம் நான்கு பள்ளிகள் ஒடந் துறை பஞ்சாயத்துக்கு உட்பட்டு இயங்கி வருகின்றன. கட்டிடங்கள் பலவும் பஞ்சா யத்து நிதியிலிருந்தே கட்டி முடிக்கப் பட்டுள்ளன. ஏது நிதி? எங்கிரு கேள்வி எழுவாம்.

1999ல் விங்கம்மாளின் கணவர் சண் முகம், பஞ்சாயத்துத் தலைவராகப் பதவி யேற்ற போது ஊராட்சியின் மொத்த வருவாய் இருபதாயிரம் ரூபாய் மட்டுமே. முழு அளவில் வரி வசூல் செய்து அதனையே ஐந்து வட்ச ரூபாயாக உயர்த்தியுள்ளார் ஒடந் துறையின் தற் போதைய பஞ்சா யத்துத் தலைவி எஸ். விங்கம் மாள்.



**ராஜீவ்காந்தி** தேசிய மக்கள் பங்களிப்பு குடிநீர்த் திட்டம், 2000-ல் இந்தியா விவேசியை முதன் முதலாக ஒட்டுநுறையில் தான் துவக்கி வைக்கப்பட்டது. ஊராட்சி வரு வாய் சட்டுவதிலும், குடிநீர் விநியோகத்திலும், கல்வி தருவதிலும், நெரு விளக்குகள் ஏரிவதிலும் நுறு சதவிசுத தன்னிறைவு பெற்றுள்ளது ஒட்டுநுறை கிராமப் பஞ்சாயத்து. ஊராட்சிக்குத் தேவையான மின்சாரத்தை, பவானி ஆர் லில் கற்றாலை வைத்து உற்பத்தி செய்து கொள் எப்படுகிறது. ஆண்டுக்கு நாலரை லட்சம் யூனிட் மின் உற்பத்தி செய்யப் படுகிறது. கயதேவை போக மீதி மூணரை லட்சம் யூனிட் மின் வாரியத் துக்கு வழங்கப்படுகிறது. வறுமைக் கோட்டுக்குக் கீழ் வாழும் மக்களுக்கு, குறிப்பாக பெண்களுக்கு 'சிறு கடன் திட்டம்' வாயிலாக கடனுதவி செய்கிறது ஊராட்சி நிர்வாகம்.



"தான் அடிப்படையில் பெயின் பருங்க, விளம்பர போட்டு நல்லு எழுதுவேன். இப்ப டிஜிட்டல் பேண் வந்துட்டதால, என் வருமா னம் குறைஞ்சு போச்சு. எனக்கு இரண்டு பசங்க. ஒருத்தன் ஏழாம் வகுப்பு; அடுத்தவன் நாலாம் வகுப்பு படிக்கிறான். வீட்டுக் கஷ்டமா இருக்கவும், போள வருகும் எப்பயன்களை ஸ்கூலுக்கு

அனுப்பலைங்க. பள்ளிக்கூடத்துல விவரம் கேட்டுட்டு, எங்க வூட்டுக்கே வந்துட்டாங்க பஞ்சாயத்துத் தலைவியம்மா! படிப்புச் செலவு, நோட்டுப் புத்தகத்துக்கு எல்லாம் நீங்க எதுவும் செலவு செய்ய வேணாம்னு சொல்லிட்டு. ஆண்க்கே எப்பயன்களை ஸ்கூலுக்குக் கூட்டிட்டுப் போய்ட்டாங்க!" என்கிறார் உப்புப்பள்ளம் எனும் குக்கிராமத் தில் வசித்து வரும் பெயின்டர் ரங்கராஜன்.

**"என் பேரு துளசி. வயசு எழுபத்தஞ்சு ஆவது. நா அப்பல்லாம் தின் னைப் பள்ளிக்கூடத்துலதான் படிச்சேனுங்க. என் மலணை அஞ் சாவது வரைக்கும் படிக்க எவச் சேன். இப்ப என்னோட மகன்**



**"என் கணவர் சண்முகம் பத்து ஆண்டுகள் ஊராட்சித் தலைவராக செயல்பட்டிருக் கிறார். அப்போதே அவர் அருகில் இருந்து, ஊராட்சிப் பணிகளைக் கவனித்து வந்துள்ளேன். 2006ல் பெண்களுக்கான ஒதுக்கீட்டில், ஊராட்சித் தேர்தலில் தான் போட்டியிட்டேன். என் கணவர் செய்திருந்த பணிகள் மற்றும் என் மீது கிராம மக்கள் வைத் திருந்த நம்பிக்கையின் காரணமாக அமோக வெற்றி பெற்றேன் நான். முன் அனுபவங் கள் மூலமாக நானே கயமாகச் செயல் படுகிறேன். கிராமத்தில் ஒவ்வொரு வீட் டிலும் தங்கள் வீட்டுப் பெண்ணாகவே என்னிடம் பரிவு காட்டி வருகின்றனர். எங்களுக்குள் எவ்வித வேறுபாடும் இல்லை.**

பூர்விகமான விவசாயக் குடும்பம் எங்களுடையது. ஒரு மகன் பிரா. முடித்து விட்டு, கம்பெனி ஒன்றில் வேலை பங்கி் கிறான். ஒரு மகன் ப்ளஸ் டூ

தேர்ச்சி பெர் திருக்கிறார். எங்கள் வீட்டுப் பிள்ளைகள் படித்து நல்ல நினைக்கு வருவது போலவே, எங்கள் கிராமத்தின் எல்லா வீட்டுப் பிள்ளைகளும் கல்வி கற்று நல்ல நினைக்கு உயர்வடைய வேண்டு மென்பதே எனது குறிக்கோள். அதற் காகவே எனது ஊராட்சியில் கல்விப் பணி மீது அதிக கவனம் செலுத்துகிறேன்.

காலையில் பஞ்சாயத்து அலுவலகம். மாலையில் கிராமப்புற பகுதிகள் என வேலைகளைப் பிரித்துக் கொள்கிறேன். 2008 பிப்ரவரி மாதத்தில் தமிழக அரசு வெளியிட்டுள்ள அரசாணையில், தமிழகத்

வயிற்றுப் பேத்தி ரம்யா, ஊமப்பாளையம் தொடக்கப் பள்ளியில் மூணாவது படிக்கு துங்கே. அந்தப் பொம்பளைப் புள்ளைய சுட்டாயம் எப்பிடியாவது காலேஜு லாரக் கும் படிக்க எவச்சுடுப்பான்னு என்னோட மகன்கிட்டே சொல்லியிருக்கேனுங்க!" எனச் சொல்லிறார் ஆதிவாசி காலனியில் வசித்து வரும் துளசி.

"என் புருசனுக்கு பழ வியாபாரம். வீட்டில நானு ஓயர் கூடா. பிள்ளுறேன். எங்களுக்கு இரண்டு பொண்ணுங்க மேட்டுப்பாளையத்துக்கு இங்கிலிஷ் மீடியம் ஸ்கூலுக்கு அனுப்பலாம்னு நெனைச்சிருந்தோம். எங்க பிரசிடென்ட் டம்மா வந்து, நம்ப ஊர்ல அரசுப் பள்ளி யில துமான கல்வி தர்றாங்க. இங்ஙனயே உயர்நிலைப் பள்ளி வரும்போது, அது களுக்கு கம்ப்யூட்டர் கல்வியும் கத்துத் தர்றாங்கன்னு சொன்னாங்க. இப்ப ரெண்டு பொண்ணுங்களும் ஊமப்பாளையம் அரசுப் பள்ளியில தான் படிக்குதுங்கே!" என்கிறார் விஜயா.



தின் அனைத்து மாவட் டங்கள்னைச் சேர்ந்த ஊராட்சித் தலைமைப் களும், ஒட்டுதுறை ஊராட்சிக்குச் சென்று

அங்கு செயல்படுத்தப்படும் திட்டங் களைப் பார்வையிட்டு, தங்கள் ஊராட்சி யிலும் நடைமுறைப்படுத்துமாறு உத்தர விடப்பட்டுள்ளது. அதன் பின்னர் இது வரை சுமார் 600 பஞ்சாயத்துத் தலைமைப் மற்றும் பஞ்சாயத்துத் தலைவிகள் ஒட்டு துறை பஞ்சாயத்துக்கு வந்து பார்வை யிட்டுச் சென்றுள்ளனர்" என்று பெருமை புடன் கூறுகிறார் என். விங்கம்மாள்.

கட்டுரை, படங்கள் :

பூதேவங்கம் திருநாவுக்கரசு

**வெற்றிகரமான**

**22 - ஆம் ஆண்டில்...**

**ஏராளமான ஓவிய ஆசிரியர்களை உருவாக்கிய ஓய்ற்றாக் கலைக்கூடம்.**

**அனந்தாவின்**

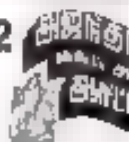
**அப்பணியில் உங்களைப் சேர்த்து கொடுத்தோம்.**



**வீட்டில் இருந்த படியே தபால் மூலம் படிக்கலாம்.**

**கல்வித் தகுதி - SSLC, +2**

- ஆண்கள், பெண்கள் எல்லாம் வரலாம்.
- வீட்டில் பரிகல் உண்டு



**உங்கள் முகவரிமை ஒரு தபால் கார்டும் எமசி அனுப்பங்கள். அல்லது தொலைபேசியில் தெரிவிப்பங்கள், இவை வசியுறுப்புகளும்**

**உங்கள் அல்லம் தோற வரும்...**

**AJANTHA SCHOOL OF ARTS**

(Govt. Regd.)

**6, MUTHU NAGAR, POONAMALLEE CHENNAI - 600 056.**

தொலைபேசி: 044-2620227, 044-2381850, 044-2640300





## இந்த மாதம் பனை ஸ்பெஷல்... வில்லுன்னு ஜோரா... விக்குன்னு கூலா...

❖ பனை நுங்கு குளிர்த்தியானது.  
உடல் உஷ்ணத்தைக் குறைத்து  
கண் பார்வையை அதிகரிக்கும்.

❖ பனம் பழம் சூடானது.  
அதனால் பனம் பழத்தைப்  
பக்குவப்படுத்திதான்  
சாப்பிட வேண்டும். நெருப்பில்  
கூட்டு, வெல்லம் சேர்த்து  
சாப்பிடுதல் நன்மை தரும்.

❖ நுங்கு நீரில் நிறைய  
கண்ணாம்புச் சத்து உள்ளது.  
கிதை உடலில் தேய்த்துக்  
குளித்தால் வியர்க்குரு,  
அம்மைப்புண், உடல்  
அரிப்பு போன்றவை  
குணமாகும்.

❖ பதநீர் குளிர்த்திரும்.  
சிறுநீர் நன்றாகப்  
பிரியும். இதிலும்  
அதிக கண்ணாம்பு  
சத்து உள்ளதால்,  
சிறுநீரகக் கற்கள்  
உள்ளவர்கள்  
தவிர்க்க வேண்டும்.





# பனம்பழ அடிக் அடிக்!

**சுருணி**



மதுரையைச் சேர்ந்த இவர், சமையல்களையில் கைதேர்ந்த பெண்மணி. இவர் சமைத்தால் எட்டு ஊர் மனாக்கும். இவருடைய கைமணத்தில் பனம்பழ தமிழ்சாதம் மிகப் பிரபலம். ஏதாவது புதிதாகச் சமைக்கணும் என்றால் இவர் கொடுக்கும் ஐடியாக்கள் ஏளாளம். இந்தப் பனம்பழ தமிழ்சாதம் செய்து சாப்பிட்டுப் பாருங்கள்; அடுத்த நிமிடம் உடலில் குளிர்ச்சி பரவும்!

இளவேனில் வில்கள் கைதேர்ந்த மகப்பேறு மருத்துவர். மதுரையைச் சேர்ந்த இவர் வசிப்பது சென்னை. என்றாலும்,



செர்ந்த ஊர் சமையல் பாரம்பரியத்தை தன் லீட்டில் செய்து அசத்துபவர். இவ்வா என்னுடைய நாஞ்சில் நாட்டு உணவு ஆராய்ச்சியின் போது

தேவையான பொருள்கள் :

பனம்பழம் - 1 கப் (நறுக்கியது),

சாகம் - 1 கப்,

தயிர் - 1 கப்,

உப்பு

தேவைக்கேற்ப,

இஞ்சி - கிரிதளவு

(நறுக்கியது),

மிளகாய்த் தூள் -

$\frac{1}{2}$  டீஸ்பூன்,

எண்ணெய் -  $\frac{1}{4}$  டீஸ்பூன்,

கடுகு - கிரிதளவு,

கறிவேப்பிலை - 1 கொத்து,

பச்சை மிளகாய் - கிரிதளவு  
(நறுக்கியது)

செய்முறை :

- ★ பனம்பழத்தைச் சுத்தம் செய்து பொடியாக நறுக்கி கொள்ளவும்.



★ பாத்திரத்தில் வடி

கட்டிய சாதத்தைப்

போட்டு நன்றாக மிதித்துக்

கொள்ளவும்.

★ இத்துடன் தயிர், பொடியாக நறுக்கிய இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், உப்பு, கிரிதளவு மிளகாய்த்தூள் சேர்த்து கலக்கிக் கொள்ளவும்.

★ இத்துடன் நறுக்கிய பனம் பழத்தைச் சேர்த்து கலந்து கொள்ளவும்.

★ இதில் கடுகு, கறிவேப்பிலை சேர்த்து தாளித்துக் கொட்டி, கூய்க்கி பின்னர் பரிமாறவும்.

**பனப்பழ கீர்!**



# ரியல் எஸ்டேட் வரலாற்றிலேயே எப்போதும் கண்டிராத சலுகை!



கலெக்டரின் அபேட்ச் வேலி இப்போது பொத்தேசில்!

உழைசின் கலவு இல்லற மிக அருகல் திட்டமிடபட்டு மிக அருமையல் வடிவணங்கப்பட்டுள்ளது.

நிடம ஸ்டீஸல் டு ரோடு பொத்தேசி, (SRM பூசலில்லிட்டி அருகில்) மாகய, இலாச்சலும் இல்லாத அருமையான கற்றுசுதழல்

மிகல் இடத்தாது பர்த்துவிட்டு கிலையை ஒப்பிடவும்.

உடைய படிசுதழல் துசின் பிப்புவசி 2010





بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فَلَا تُفْسِدُوا كُنُوزَكُمْ الَّتِي قَدْ آتَاكُمُ اللَّهُ فِي خَيْرٍ مِمَّا تَكْسِبُونَ

**30,37,500/-**



திருமதி ஈடித் விருதுதலில்  
வசிக்கும் குடும்பப் பெண்  
மணி. இவருடைய தாய்



## பூட்டு-தோசை!



மணக்க மணக்கம்  
சமைப்பவர். இத்த  
நுங்கு தோசை, இவரு  
டைய தாய் சொல்லிக்  
கொடுத்த ரெஸிப்  
என்றார். ருசியாக.

இருக்கவே, இதோ உங்  
களுக்காக!

தேவையான பொருள்கள் :

- தூய் - 2 கப்,
- வெல்லம் - ½ கிலோ,
- மையா - ¼ கப்,
- அரிசி மாவு - ½ கப்,
- நெய் - 150 மில்லி,
- முத்திரி - 50 கிராம்,
- இரட்டை - 25 கிராம்.

மிகவும் ருசியாகச் சமைப்பார்! புலிக்குப்  
பிறந்தது பூனையாகுமா? இவரும்

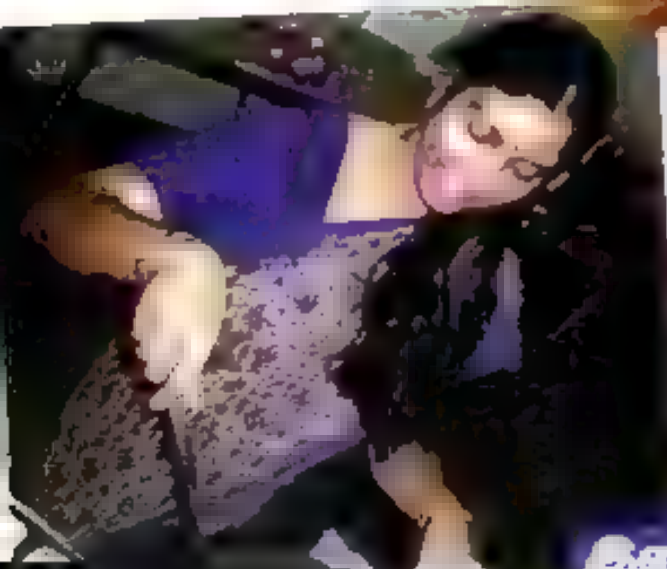
சந்தித்தேன். கேட்டு  
பெற்றேன் இந்த பனம்பழ  
கீர் ரெஸிபியை! இத்துப்  
பனம்பழ கீர்



ஐஸ் கிரீம்களை  
எல்லாம் தூக்கிச்  
சாப்பிட்டு விடும்  
ருசி கொண்டது.  
செஞ்சு பாருங்க!

தேவையான  
பொருள்கள் :

- பனம்பழம் - 1 கப்,
- பால் - 2 கப்,
- பச்சரிசி - ¼ கப்,
- ஓலைக்காய் - 5,
- சர்க்கரை - ½ கிலோ,
- நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
- முத்திரி - 50 கிராம்



கனவெனில் வில்சன்

# பெரிய விஷயம்



## செய்முறை :

★ ஒரு பாத்திரத்தில் நுங்கைப் போட்டு அதை நன்றாகப் பிளசுந்து கொள்ளவும்.

★ வெல்லத்தைப் பாகாகக் காய்ச்சவும். இத்துடன் 'திக்' ஆக வெல்லப் பாகு, அரிசி மாவு, மைதா சேர்த்து நன்றாகப் பிளசுந்து கொள்ளவும்.

★ இத்துடன் நெய்யில் பெயரிக்க முந்திரி, திராட்சை சேர்த்து கலக்கிக் கொள்ளவும்.

★ தேனாகக் கன்னைக் காயலிடவும். நுங்கும், வெல்லப்பாகும் சேர்த்த மாவை, திறிய ஊத்தப்பம் போல் போட்டு நேகவைத்து பொன்விந் மாவாகும் பின்னர் பரியாறவும்.

## செய்முறை :

★ பனம்பழத்தைப் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்.

★ கெட்டியான பாலுடன் அரிசினையச் சேர்த்து நன்றாக வேகவைக்கவும். வெந்ததும், கரண்டியாலோ, மத்தினாலோ குழைய மதிக்கவும்.



★ சாதம் நன்றாக மதிந்தவுடன், அதனுடன் நறுக்கிய பனம் பழத்தைச் சேர்க்கவும்.

★ பின்னர் சர்க்கரை, உலக்காய்த் தூள் சேர்த்துக் கொதிக்கவிடவும்.

★ இறுதியாக, நெய்யில் வறுத்த முந்திரி சேர்த்துப் பரிமாறவும்.



# பதநீர் தேவை!

பாமா தேவசகாயம் மதுரை மாவட்டத்தை ஒட்டியுள்ள கல்ல குறிச்சியைச் சேர்ந்தவர். பதநீர் அதிகமாகக் கிடைக்கும் கிராமம். ஆனகயால், பதநீரில் செய்த ரெஸிபிகள் இங்கு மிகவும் பிரபலம். இந்தப் பதநீர் தோசை மிகவும் ருசியாகவும், அடிநாகில் நீக்கரக்க வைப்பதாகவும் இருக்கும்! ட்ரை பண்ணுங்க!



கறிவேப்பிலை -  
 நெரிதவவு,  
 கொத்துமல்லி - நெரிதவவு,  
 உப்பு - தேனவக்கோழி,  
 வெங்காயம் - 2 (நறுக்கியது),  
 எண்ணெய் - 3 பேடிகள் ஸ்பூன்

செய்முறை :

\* தேனாடி மாவடை பதநீர் போர்த்து  
 தேனாடி உலர்ந்தும் பதத்தில் கரைத்துச்  
 கொள்ளவும்.

\* இத்துடன், மீசும், மிளகு, பொடி  
 மாவை நறுக்கிய கறிவேப்பிலை, பச்சை  
 மிளகாய், கொத்துமல்லி, உப்பு போர்த்து  
 கலக்கி அரை மணி நேரம் வைக்கவும்.

\* பின்னர் இதை தேனாடி போடை  
 உலர்ந்றி எடுத்து வெங்காயம் தூவி போட  
 விடவும். பிறகு அழகாக மாடித்து,  
 தேங்காய் சட்னியுடன் பரிமாறவும்.

தேனவயான பொருள்கள்  
 பதநீர் - 2 கப்,  
 கெட்டியான தேனாடி மாவடி - 4 கப்,  
 மீசும் - 1 பேடிகள் ஸ்பூன்,  
 மிளகு - 3 பேடிகள் ஸ்பூன்,  
 பச்சை மிளகாய் - 4

## நளபாகப் போட்டி-17 (முடிவு) மே 2008ல் கடம்பெற்ற போட்டியின் விடை

வினாடிகள் : 1. அப்பளம், டோம், 2. பாவுளம், வண்ட, 3. அகிலம், சாதம், 4. வடகம்,  
 பச்சடி, 5. ஜஸ்கரீம், பீடா, 6. ஸவறுகாய், நெய், 7. கோஸ்மல்கி, தயிர், 8. போலி,  
 பருப்பு, 9. தொக்கு, சாம்பார், 10. மோர், வறுவல்

வந்து குவிந்த கூப்பள்களில் ரூ. 150/- பரிசு பெறும்  
 20 அதிர்ஷ்டசாலி வாசகர்களுக்கு வாழ்த்துகள்!

1. பி. லக்ஷ்மி, திருச்சி - 1, 2. பத்மா, சேலம், 3. ஈ. வெங்கட்டம்மாள்,  
 திண்டுக்கல், 4. பி. ருக்மணி, சூரமங்கலம், 5. ஜி. பார்வதி, திருச்சி, 6.  
 பங்கஜம் சேஷாத்ரி, சென்னை - 12, 7. மலர்மதன், தூத்துக்குடி, 8. வெ.  
 சியாமளா ரமணி, செகத்திராபாத், 9. சத்தியபாமா, மதிகேர் போஸ்ட், 10.  
 சுமலா கோபாலன், புனே, 11. கே. மதனாநிருஷ்ணா, திண்டிவனம், 12.  
 கரேஷ் சுப்ரமணியன், கொல்கத்தா, 13. ஜெயலக்ஷ்மி, வடவள்ளி, 14.  
 எஸ். ஜானகி, உடுமலைப்பேட்டை, 15. ஆர். பத்மா ராஜேந்திரன், பெங்களூர்,  
 16. சுயாத்ரி, பாமத்தி வேலூர், 17. என்.ஆர். லலிதாம்பிகை, பாலக்காடு,  
 18. ப. சகிலாபேகம், வத்தலகுண்டு, 19. பி. சித்ரா, சின்னமொட்டூர், 20.  
 ஸரஸ்வதி கே. மூர்த்தி, ஆவடி.





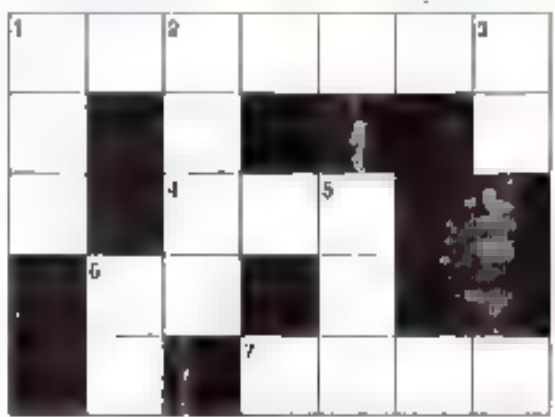
## நளபாகப் போட்டி-18

**ரூ.3,000  
பரிசு**

புதிர்க்கட்டம் கொடுத்தாச்சு! உங்களுக்கு உதவுவதற்காகவே சில குறிப்புகளும் தரப்பட்டுள்ளன. அப்புறமென்ன? ஊதித் தள்ளுங்க!

இப்பிருந்து வலம்

1. தொப்பி உள்ள காய்! (6)
4. பலரும் ஊஸையில் அருந்தும் தேவபானம்! (3)
8. 'கழானாலும் .... துதுக் குடி' (2)
7. தோசை அரிசிமாவில் மட்டுமல்ல, இதிலும் தயாரிக்கப்படுவதுண்டு (4)



மேலிருந்து கீழ்

1. கிழங்கு வகை - பரிவு (3)
2. இது பழமா காயா என்று பட்டமன்றமே உண்டு (4)
3. வெண்ணெயிலிருந்து கிடைப்பது மாறியிருக்கிறது (2)

5. ஐஸ்க்ரீமில் பச்சை வண்ண வகை (3)
6. நிழல் தரும் மிளகாய் (2)

தொகுப்பு : ஜி.என்.எஸ்.

இங்குள்ள புதினரசி சரியாக நிரப்பி வெட்டி மாங்கையர் மலருக்கு அனுப்புங்க. குறுக்கல் முறையில் பேருக்கு 150 ரூபாய் பரிசு! ஜெராக்ஸ் அனுப்பக் கூடாது!

கடைசித் தேதி : 16.6.2008

உணர்வின் மீது நளபாகப் போட்டி - 18 என்று குறிப்பிடவும்.

ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதி.

பெயர் : ..... விலாசம் : .....

தொலைபேசி எண் : .....



**Discount**  
upto **30** off  
%

For purchase of Rs. **25000/-** & above  
2 gram Gold coin **FREE**

For purchase of Rs. **50000/-** & above  
5 gram Gold coin **FREE**

Dealers: **Kurl-on** *Sleepwell*



**Sree Gayathri Sales Corporation**

தரம் என்றும் நிந்தரம்! அதுவே எங்கள் தாரக மந்திரம்!!

We make all kinds of furniture & Interior Works

#29, Royapettah High Road, Chennai - 600 014. Ph:044-26131220 Mobile: 98402 06869



ஈடுமுறைக்குக் காரில்  
செல்லும்போது எக்ஸ்ட்ரா  
பெட்ரோல் காலில் திரப்பி  
புக்கியில் வைத்துக் கொள்வது  
பேரம், ஒரு கேஸ் தண்ணீர் (5  
லிட்டர் கொள்ளைவு) வைத்  
தருங்கள். ரேடியோட்டர் குடேறி  
கார் கண்ட இடத்தில் நின்று  
விடும் அவஸ்தை வேண்டாமே!  
- ப. மீனாட்சி,  
கல்லிகடக்குறிச்சி.

## சூடேறும் அவஸ்தை!

அக்கம் பக்க வீட்டு விசேஷங்  
களுக்கு உதவச் செல்லும் பொழுது  
நம் வீட்டிலிருந்து கத்தி, அரிவாள்மணை,  
தேங்காய்த் துருவி போன்றவற்றை  
எடுத்துச் சென்று சாமையலில் உதவி  
செய்து விட்டு வரலாம்.

- என். பி. சிவசுமி செல்வம்.

குஜராத்

மிலக்கடவைகள் மணலில் வறுப்  
பதற்குப் பதில் கைக்கரோவேன்  
ஒவனில் சிறிது நேரம் வைத்துச்  
சூடாக்கினால் விரைவில் வறுபடுவ  
தோடு அதிக கவையுடன் இருக்  
கும்!

- புவனா சர்மா, சீர்காழி.

வயிற்றுப்பிடிப்புக்கு வெளும்  
தண்ணீர் குடிக்காமல் சாதம் வாடிக்கும்  
போது அரிசி போட்ட பிறகு # (அ)  
3 கொதி வந்த பிறகு அந்தத் தண்  
ணீரில் ஒரு தம்ண் எடுத்து நெய்  
சேத்துக் குடித்தால் சரியாகும்.

- வி.டி. விஜய

சாமுண்டஸ்வரி, வாணிப்பம்பாடி.

காத்தத்தைபோ, காத்தம் உள்ள  
பொருள்களையோ ம.விக்கு அருகில்  
வைக்காதுகள். இதனால் ம.வி.  
பழுதடைபடக்கூடும்.

- எஸ். லக்ஷ்மி,

வைத்தீஸ்வரன் கோயில்.

ஜாதகத்துடன் மாப்பிள்ளை  
மற்றும் பெண்ணின் கல்விச் சாண்  
றிதழ்களின் நகல்களையும் இணைத்  
துக் கொடுத்தால் கல்வித் தகுதி  
சம்பந்தமாக நிகழும் ஏமாற்றங்களைத்  
தவிர்த்தலாம்!

- ஜி. புவனேஸ்வரி,

கோயமுத்தூர்.

கத்தமான கடவை எண்  
னைய 1 ஸ்பூன், எலுமிச்சைச்  
சாறு கலந்து கண்களின் கீழ்  
பூசி வந்தால் கருவாளையம்  
மறையும்.

- என்.டி. லதா, நல்லிச்சேரி.

இவை எல்லாமே ஆறா 50! தான்!

‘ஒரு குடும்பத் தண்ணி ஊத்தி ஒரு பூக்கூடு. இரண்டு குடும்பத் தண்ணி ஊத்தி இரண்டு பூ பூக்கூடு...’



இராமத்துப் பிள்ளைகள் வங்கி வாங்கத்திலுள்ள பூவரசு மரத்தின் கீழ் உற்சாகமாக விளையாடிக் கொண்டிருந்தார்கள். காலை 11 மணி வெயில் கள்ளென அடித்தது. வங்கியின் அவ்வளவு கூட்டமில்லை. வங்கியிலுள்

வயம் பிள்ளைக்கு உ. நி. ம. யோ. நு. அட்வைஸ் செய்து கொண்டிருக்கும் போதே வங்கியின் ஃபோன் பிஜாங் செய்து. ஃபிளாஸ்கைக் கரையில் பதித்தேன். மறுமுனை

# பெத்த கடன்

அதிக ஊழியர்கள் கிடையாது. ஒரு மேனேஜர், நகையை மதிப்பீடு செய்யும் ஒரு அப்பாயர். வங்கியின் மாடி செல்லில் நகைக்காள் தான் பிஜாவைப். இவர்களைத் தவிர அங்கின் ஒரே கிளாஸ்க் தான். காரெய்ஷனாகவும் அவதாரம் எடுக்க வேண்டாம். கூட்டம் அதிகம் வராததால் (வோலாப்) பிறு பணிச் சொல்ல முடியாது. வீட்டிலிருந்து கூடைசி நகையை யும் அடகு வைக்க வந்திருந்த அருணாசலம் பிள்ளையைக் கூப்பிட்டேன். எனக்கு நன்கு பரிசீலனா மாணவர்.

“என்ன, அருணாசலம். அண்ணோ பற்கெவ்வெ உமக்கு கழுத்துவரை நகைக்காள் இருக்கு. இந்த வட்சாத்தில் இவ்வளவு நகையை அடகு வைக்க வந்திருக்கீரு?” உண்மையான அக்கறையுடன் விசாரித்தேன். “மக ஊழிய இருந்து வந்திருப்பா பிள்ளைக்குக் கோயிலில் மொட்டை போடணும்னு அவ சொல்லியிருப்பா, நீங்கனும் உங்க சம்சாரத் தோட நகையை வாங்கிட்டு அடகு வைக்க வந்துட்டிரு. நமக்குள்ள ரொம்ப தான் பழக்கம் என்கிறதால சொவ்றேன், நீங்க முன்ன வச்ச நகைக்கெவ் லாம் வட்டியும் ஏறிட்டே இருக்கு. கொஞ்சம் சீக்கிரம் செட்டிய் செஞ்சிடுங்க! கடனுன்னு இருந்தால் மகாசை அறுத்துக்கிட்டேதான் இருக்கும்.” அருணா





யில் பேசியவர் "சனிவாசா, உங்க அப்பா செத்து போயிட்டிருப்பா. மச்ச விட்டிலதான் வைச்சிருக்கு. இன்னிக்கே எடுக்கிறாங்க வந்திரு." சொல்வி விட்டு 'டக்' என வைத்து விட்டார். தொண்டைக்குழிக் குள் ஏகோ அடைந்தது.

"ஏன், சனிவாசா... உங்க அப்பா முடியாமலா இருந்

தாரு" மேனேஜர் அக்கறையுடன் கேட்க, "தெரியாது சார்" என அவர்ச்சையாக என் பதில் வந்தது. மீதிப்போடு என்னைப் பார்த்தார். ஆம், அதுகாசமே வாய்க்கலம். இரபது ஆண்டுகள் அப்பாவைப் பிரிந்து வாயும் இரபத்தைத்து வயது மகன் நான். "நிளம் புயல் போய் ஆகறதைப் பாரு" மேனேஜர் அனுமதி கொடுத்தார்.

டி.வ் என். சேம்பை மிதித்தேன். வீட்டுக்கு வந்து மோபைட்டின் கன்பென்டா போட்ட பொதுதான் என் நினைவே திரும்பியிருந்தது. பிரண்டை வத்தல்

போடறது பொய். என பக்கத்து வீட்டு அண்ணாச்சி பள்ளலிக்கு அம்மா பக்குவம் சொல்விக் கொண் டிருந்தான். தெற்றியில்

இரபத்தைந்து காக னலில் பொய் குங்குமப் போட்டு மிதுவாவினுக்கது. தெற்றியில் வந்தபுறம் கேட்கை நாயத்துக்குப் பாய்மை செய்து, நல்ல முடியை மிவப்பாக்கி மிடுத்து குங்குமம். "இதெல்லாம் இன் நோடி பொய் பொய் தான்" வெகுவைப்பெட்டு வீட்டுக்குள் நுழைந் தேன்.

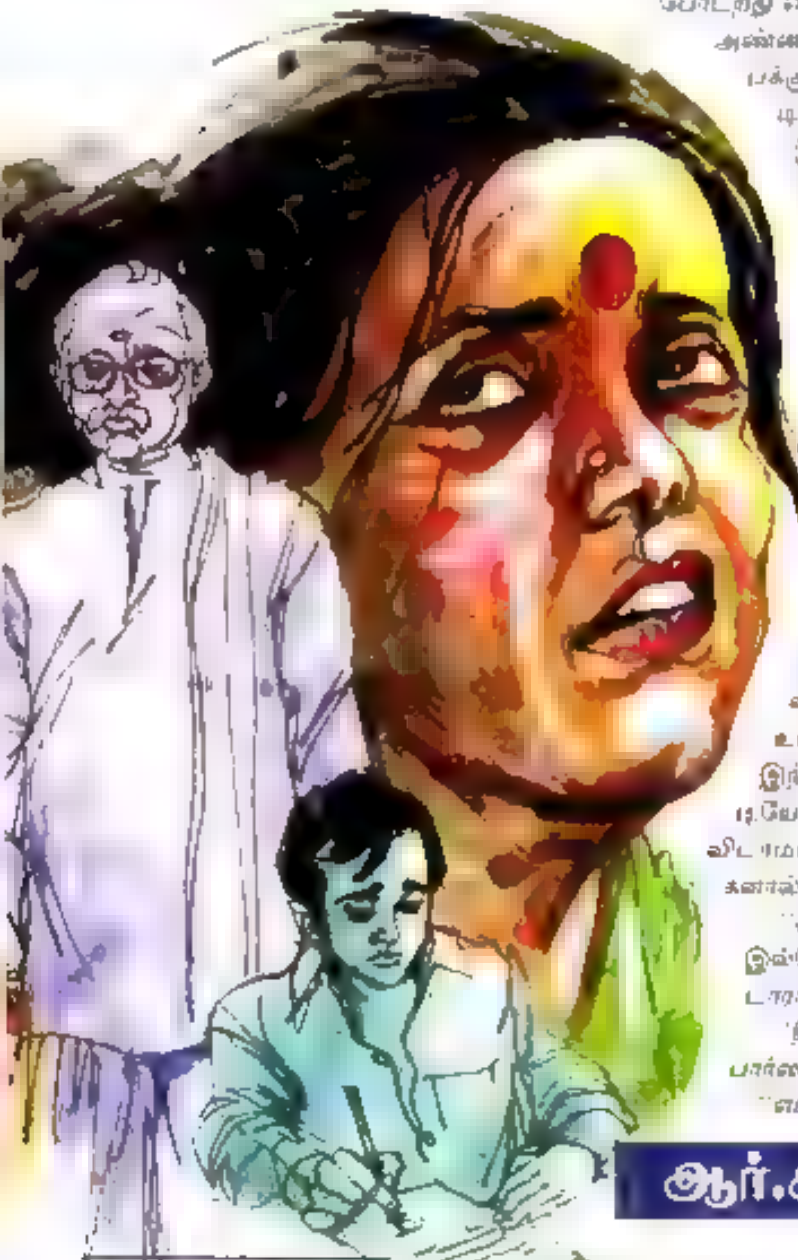
என்னை அந்த நேரத் தில் அம்மா எதிர்பார்க்க வில்லை. "என்னப்பா...

உடம்புக்கு முடியைவலயா... இந்த நேரத்தில் வா மாட் டியோ" என என்னைப் பேச விடாமல் என் உடனவக் கண் களால் சொதனை செய்தார்.

"எனக்கு ஒண்ணும் இவ்வே... அப்பாதான் போயிட்டாராம்" குரல் கம்மியது.

'கி' என்ற அதிர்ச்சிப் பார்வை பார்த்தான்.

"எப்பவா... முடியாம இருந்



**ஆர்.கீதாஞ்சலி**

**பிதன் நிறகு  
அப்பா வரவே  
கிள்ளை.  
வெள்ளிக்கிழமை  
காத்திருப்பை  
நாறும் சில  
வாரங்கள்  
தொடர்ந்தேன்.  
ஏமாந்தேன்.  
பிந்த வலி  
கிள்ளும்  
என் நெஞ்சம்...**



தாராமா?" அம்மாவின் குரல் உடைந்து  
நானஸ்வரத்தில் ஒலித்தது.

வங்கியில் இருந்துவரும்போதே  
சொல்லிவிட்டு வந்த பழக்கமான  
ஆட்டோ, வீட்டின் முன் நின்று  
பொப்பாய்ங்... அடித்தது.

"அய்யோ! போயிட்டங்களை..." என்று  
முந்தானையில் வாய்ப் புதைத்து அழ  
ஆரம்பித்தான்.

ஏறக்குறைய மயக்க நிலைக்கு சென்று  
விட்ட அம்மாவை அவ்வண்ணத்தவரே  
ஆட்டோலினுள் ஏற்றினான்.

"நாகர்கோவிலுக்குப் போப்பா..."  
ஆட்டோ டிரைவரிடம் முகவரியைச்  
சொல்லிவிட்டு சீட்டில் சாய்ந்தேன். என்  
தோளில் அம்மா.

**"அப்பா..."**

இந்த வார்த்தையை உச்சரித்துத்தான்

எத்தனை வருடமாயிற்று? சுமார் இருபது  
வருடங்களுக்கு பிறகு அப்பா என்கிற  
மனிதரை அருகில் சென்று பார்க்கப்  
போகினேன். இப்போது அவர் 'அது'  
ஆகிவிட்ட நிலையில் என் மீது கோபப்பட  
மாட்டார். அம்மாவை வெறுப்புறான  
வார்த்தைகளால் கொட்ட மாட்டார் என்ற  
தூர்யம் வந்தது. நினைவுகள் பல ஆண்டு  
களுக்கு பின்னோக்கிப் பயணப்பட்டது.

ஐந்து வயதிருக்கும் எனக்கு. ஒருநாள்  
இரவு அப்பா அருகில்தான் படுத்திருந்  
தேன். அம்மா ஏதோ கேட்க அப்பா பதி  
லுக்கு ஏதோ சொல்ல பேச்சுவார்த்தை  
முற்றியது. அப்பா கோபத்தில் சட்டையை  
மாட்டிக்கொண்டு, "இனி நான் இந்த  
வீட்டுக்கே வர மாட்டேன்" எனக் கத்திய  
வாரே விட்டை விட்டு வெளியேறினார்.  
அம்மாவும் தாத்தாவும் கண்ணீருடன் அவர்  
பின்னால் ஓடியதும் ஞாபகத்தில் இருக்  
கிறது.

அப்பாவுக்கு நாகர்கோவிலில் ஏதோ  
பெண் சகவாசம் துளிர் விட்டிருந்ததாக  
அப்பறம் தெரிய வந்தது.

அப்பாவைச் சமாதானப்படுத்த தாத்தா  
வும் நாகர்கோவிலுக்கு நடையாக நடந்  
திருக்கிறார். ஊர்ப் பெரியவர்களை வைத்  
துப் பேசிப் பார்த்திருக்கிறார். அவர்கள்  
சொல்லியதால் வாரம்தோறும் வெள்ளிக்  
கிழமை மட்டும் மாலை ஐந்து மணிக்கு  
அப்பா வீட்டுக்கு வரத் துவங்கினார். வீட்  
டுத் திண்ணையில் உட்காருவார். "என்  
டை ஒழுங்கா படிக்கிறாயா?" எனக் கேட்  
பார். நான் அவர் முகத்தையே பார்த்துட்டு  
இருப்பேன். அவர் வாட்டைப் பார்ப்பார்.



குழந்தைகள் வீடியோ கேம்ஸ்  
விளையாடுவதால் கண்ணும்  
கையும் ஒன்றாகச் செயல்பட  
உதவுகிறது. எனவே குழந்தை  
களை அளவோடு வீடியோ  
கேம்ஸ் விளையாட முழு ஆதரவு  
கொடுங்கள்.

- பிர்தா ரெங்கசுவாமி,  
ராயபுரம்.

ஐந்தரை மணிக்கெல்லாம் போய்விடுவார். அதன்பிறகு அடுக்காளிலிருந்து அம்மாவின் விகம்பல் கேட்கும். அப்பாலின் வருகையும் சில மாதங்களுக்குத்தான். அதன் பிறகு அப்பா வரவே இல்லை. வெள்ளிக்கிழமை காத்திருப்பை நானும் சில வாரங்கள் தொடர்ந்தேன். ஏமாந்தேன். அந்த வலி இன்னும் என் நெஞ்சில்.

அப்பாலின் நாகர்கோவில் குடும்பத்தில் இரண்டு ஆண் வாரிசுகள். "பெரிய வீடு கட்டிட்டாங்க. காள் வாங்கிருக்காங்க" என நாகர்கோவில் போய்விட்டு வருகிறவர்கள் வந்து சொல்வார்கள். அம்மா முகத்தில் எந்தச் சலனமும் இருக்காது.

அம்மா அழுது அழுதே நாட்களை நகர்த்தினாள். "புண்ணியவதி உனக்கு இப்படி வரக்கூடாதுமமா" என வருபவர்களைவலாம் அம்மாவுக்கு ஆறுதல் சொல்வதாக நினைத்து அழுகையை அதிகப்படுத்தி விட்டுப் போவார்கள்.

வேட்டி, தொள தொள சட்டை, தோளில் நீண்டு தொங்கும் துண்டு, வாய் திறைய வெற்றிலை அத்தோடு கொஞ்சம் புகையிலை இதுதான் என் தாத்தா. இவர்தான் எனக்கு எல்லாம் ஆணர். அம்மா என் கீழ் கோபப்படும் போதெல்லாம் மடியில் உட்கார வைத்து தோளில் போட்டிருக்கும் துண்டால் என் முகத்தை அழுத்தத் துடைத்துவிடும் தாத்தாவின் அரவணைப்பு எனக்கு அவ்வப்போது தேவைப்பட்டது. அவரது துண்டில் தங்கியிருக்கும் புகையிலை வாடை இன்றைக்கும் என் மனதை விட்டு விலகாமல் இருக்கிறது.

தாத்தாவின் சொற்ப வருமானம் எவ்வளவென்பது வயதை மிழ்ச்சியாக வைத்திருந்ததாகச் சொல்ல முடியாது. காயப்பட்ட கணவர்களுடன்தான் வாழத்தேன். அதேநேரத்தில் தாத்தா எவ்விற அந்த மனிதர் இவ்வையென்றால் நானும் அம்மாவும் எவ்வையிரிப்போம்? இப்போது நினைக்கக்கூட பயமாக இருக்கிறது.

(அடுத்த இதழில் முடிவும்)



**உணவின் கவனிக்கும்  
உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு!**

**கிருந்தா ஈஸ்**



**ISO 9001 - 2000**

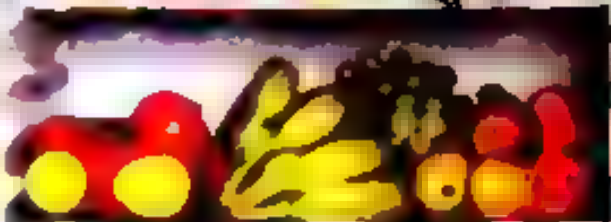
SIN, Kanchi District Road, Kanchi - 20, Pin : 605 001

Phone : 041-2590576 Fax : 041-2590576

குளிர்த்தானப் பெட்டி இருக்கிறதே என்று ஏகப் பட்ட காய்கறிகளை வாங்கி சீப்ரிட்டிற் முழுக்க அழுக்கி வைத்தால் காய்கறிகள், பழங்கள் நிச்சயம் அழுதித்தான் போகும்.

சீப்ரிட்டிலுள்ள கம்பரெஸர் மூலம் குளிர்விக்கப்படும் காற்று, சீப்ரிட்டிற் முழுவதும் சுற்றிக் கொண்டிருக்க வேண்டும். சீப்ரிட்டின் சீப்ரிஸர் பகுதியிலிருந்து ஒரு இடத்திலிருந்து மட்டும் தான் குளிர்த்த காற்று வந்து கொண்டிருக்கும்.

இப்போது விற்பனை ஆகும் அதிநவீன சீப்ரிட்டிற் கூளில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட இடங்களிலிருந்து குளிர்த்த காற்று வரும்படி செய்திருக்கிறார்கள். அப்படியானாலும், கூட தலைவளையில் பஞ்சு அடைக்கிற மாதிரி காய்கறி, பழங்களைப் போட்டு அடைத்தால் சீப்ரிட்டிற் வைத்தால் கூட அழுதித்தான் போகும். காய்கறி பழங்களை தனித் தனியாக நரமில்



# தூங்கியு

வாமல் துடைத்து தனித்தனித் துணிப்பைகளில் குளிர்த்த காற்று நன்கு சுற்றி வருமாறு வைக்க வேண்டும்.

செய்தை போன்ற கடற்கரை அருகிலுள்ள தகரங்களின் ஈரப்பதம் காற்றில் மிகவும் அதிகமாக





இருக்கும். எனவே ஒவ்வொரு முறை சீப்பிரட்டைத் திறந்து மூடும் போதும் வெளிக்காற்று சீப்பிரட்டையில் நுழையும். அதில் நிறைய பாக்கிரியாக்கள் காற்றிலுள்ள நீராவி, வடிவத்திலுள்ள ரப்பதத்தில் இருக்கும். எனவே என்னதான் ரப்பில்லாமல் துடைத்துக் காய்கறிகளை சீப்பிரட்டையில் வைத்தாலும் உள்ளே

வைத்த காய்கறிகள் கூட அழுகிவிடுவதைப் பங்கிடுகிறோம்.

எனவே, காய்கறிகளை எடுத்துத் துடைத்து துணிகளிலோ துணிப்பைபாசனிலோ 'டைட்டாக்' சுற்றி வைக்க வேண்டும்.

சீப்பிரட்டின் குளிர்ச்சி வெவ்வேறு முதல் 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 என்று ஒரு குமிழ் வைத்திருப்பார்கள். ஐஸ் கட்டி தயாரிக்க வேண்டும், ஐஸ்க்ரீம் தயாரிக்க வேண்டும் என்று திட்டமிட்டால் சீப்பிரட்டைப் பகுதியில் வைப்பதற்காக 6 - 7 - 8 என்று குமிழை அட்டஸ்ட் பண்ணிக்கொள்ளலாம் தற்காலிகமாக. ஐஸ் கட்டி ஐஸ்க்ரீம் தயாரித்து முடித்தும் பழையபடி குமிழை 1 - 2

இந்த எண்களுக்கு மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும். சாதாரணமாக குளிர்ச்சி அளவு 1 அல்லது 2க்கு மேல், சென்னை போன்ற கூடற்களையோர நகரங்களில் வைத்துக் கொள்ளவே கூடாது.

வானைப்பழம், வாழைக்காய், வாழைக்கண்டு, வாழைப்பூ, உருளைக்கிழங்கு, சேனைக்கிழங்கு, சேம்பு ஆகியவற்றை சீப்பிரட்டினுள் வைக்கவே கூடாது. வெங்காயம், பூண்டு ஆகியவற்றை வெளியில்

# சீப்பிரட்டை!

நுழையும் காற்றிலுள்ள நீராவி சீப்பிரட்டின் உள்பக்க குளிர்ச்சி வரணமாக நீங்கள் துடைத்து உள்ளே வைத்த காய்கறிகளை சுரமாக்கிவிடும். அதனால்தான் சீப்பிரட்டையில்

பிரம்புக் கூடையில் வைப்பது நல்லது. சீப்பிரட்டில் பால், தயிர் என்று எதை வைத்தாலும் அவற்றை முடித்தான் வைக்க வேண்டும். அந்தந்தப் பாத்திரங்களுக்கு டைட்டாக் மூடும் வகையில் பொருத்தமான தட்டுகளை உபயோகித்துத்தான் மூட வேண்டும்.

- நளினி அனந்தராமன், சென்னை - 40.

ஸ்ரீலீத்யா காலிதாஸ்,  
தெம்பரம் - 2.

திரைப்படப் பாடல்கள்  
பாட அழைக்கும் போது  
எத்தப் பாடலானாலும் 'ஒகே'  
சொல்லிடுகனா? இவ்வை தேர்வு  
செய்து பாடுகிறீர்களா?



நல்ல பாடல் களாவே  
அமைந்தது என் அநிர்ஷ்டமே

தண்டபாளி, தங்கவயல்.  
கர்நாடக சங்கீதம், திரைப்படப்  
பாடல்கள் இரண்டையும் எப்படி  
பேலன்ஸ் செய்கிறீர்கள்?

ஏற்று கடிவம்தான். நான் பாட ஆரம்  
பித்த ஹிருதான் உணர்ந்தேன், கர்நாடக



சங்கீதம் என்னை எவ்வளவு  
அதிகம் ராத்திரிக்குக்கொதென்  
பதை தினா இனையைப்  
பொறுத்தவரை அதற்கு  
'ஓ' அதிகம் இருப்பதால்  
அந்தத் துறையிலும் சாதிக்  
கும் ஆர்வம் உண்டு...

த. பரதன்,

திருவாரூர்.  
கச்சேரி செய்ய  
ஆரம்பித்த நாட்  
களில் கைபக் கச்சம்  
இருந்ததா...?

எனது மூன்றாவது வயதி  
லேயே என் பாட்டி திரும்பி டி.பி.க.  
பட்டம்மாளின் கச்சேரியில் அவர்களுக்கு  
அருகே மேடையில் அமர்ந்திருக்கிறேன்.  
எனவே ஆரம்பக் கச்சேரியின் போது  
ஆடியவன்னை பார்ப்பது புதிதாக இல்லை.  
ஆனா, கச்சேரி சரியாக அமையணுமே  
என்ற டென்ஷன் இருந்தது.

என் குரலுக்கு எந்த மாஇரியான பாடல்  
பொருந்தும் என்று இசை அமைப்பவர்களுக்கு  
நன்றாகத் தெரியும். ஒரே  
சந்தர்ப்பம் தவிர மற்றபடி எனக்கு ஏற்ற

எஸ். பரத், ஸ்ரீரங்கம்.

சனபத் கூச்சம் தெனிய இப்ப வனகும்  
கனவஞ்சுக்கு எதாவது டிப்ஸ்...

இளம் கனவஞ்சுக்கள் இப்பவ்வளம் ரொட்  
பத் தெனியவகவே இருக்கிறார்கள்..  
டிப்ஸ் தேனையிலினை. இருந்தாலும்  
அகா சரத்தம். அதனால் ஏற்படுகிற தன்மை  
மிகை இருக்கா மென. மிக் டெயர்க்க  
வரம்... என்வாது துறைக்கும் இது

சொல்லியதுக்கும் சன்வாது கழிவம்...

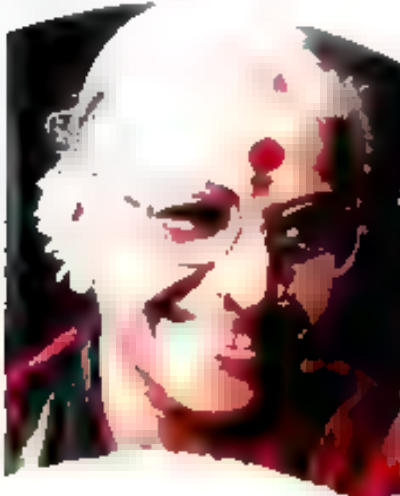
ச. ஆறுமுகம், ஆரணி.

தற்போதுள்ள இரைப்படப் பின்வணிக்  
பாடகியரில் தக்கவைத் தவர்த்தவா...?

எத்த வனகப் பாட லுக்கும் உயிர்  
கொடுத்து, கச்சிகளாக, நன் இயல்பை கு  
லின் அறக்காப் பாடும் நின்வக்குயில்  
கிதர

ஏ.டி.ஆர். புனிதா ரமேஷ், நல்கவரம்,  
எத்த வயதிலிருந்து கச்சிக் செய்கிறீ  
கள்? முதல் கச்சிக், முதல் பாட்டு  
அனுபவம் பற்றி...

நான் பதினாறன்று வயதி  
விருந்தே கச்சிக் செய்கிறேன்.  
'Youth Association of  
Carnatic Music'  
என்ற அமைதி  
புக்காக



# லட்டா? பஞ்சாமிர்தமா?

**வாசலியரின் 'கியூட்' கேள்விகளுக்கு  
நீத்யனா மகாதேவன் தந்த 'கிவிட்' பதில்கள்!**

பொழுதும்தானே...?

வே. சந்திரா, சென்னை - III.

பட்டுச் சேவை தவிர உங்களுக்குப்  
பிடித்த உடை...

அழகுக்கும், மரியாதைக்கும், பாரம்

சென்னை, தமிழ்நாடு, சென்னை, தமிழ்நாடு

மியூஸிக் அகாடமியில் மினி அரங்கம் என்  
முதல் கச்சிக் நடந்தது. அந்த முதல்  
மேடை அனுபவத்துக்காக இரண்டு மாதம்  
நீவிரப் பயிற்றி கொடுத்தேன். கச்சிக் சரியா  
அமைவதுமென்று ஒரு வாரமாக தூக்கமே  
வரவே... பிற்பகலான சங்கீதப் பாம்பரை  
கிவிட் கச்சிக் கச்சிக் கச்சிக் கச்சிக்



**சுடேத  
'வெப்பர் பாப்பாக்களில்'  
பட்டமன்றும் எஸ். ராணா  
பதிலளிக்கிறார். வாசலியர்  
காலி கேள்விகளை  
சுறுப்பனம்!**

காப்பாற்றணுமே என்கிற பொறுப்பு  
வேறு...

ஹம்சத்வனி ராகத்தில் "பார்வதி  
பதம்..." என்கிற முத்துஸ்வாமி தேவதர்  
கிருதிதான் நான் முதலில் பாடிய மேடைக்  
கச்சேரிப் பாடல்.

**எஸ். பிரசாங், வேலூர்.**

**தங்கள் பாட்டி டி.கே. பட்டம்மாள்  
பற்றி...**

என் மரியாதைக்குரிய குருவும், ரோன்  
மாடலும், அன்புக்குரிய பாட்டியுமான  
திருமதி பட்டம்மாள், சரஸ்வதி தேவியின்  
பூரண கடைச்சம் பெற்றவர்... போர்த்திய  
பட்டுப் புடவையும், சூங்குமமுமாக என்  
மைமயான தோற்றத்தில் நிறைகுடம்...  
கட்டுப்பாடான குடும்பப் பின்னணியி  
லிருந்து வந்து நிறைய விஷயங்களைச்  
சாதித்தவர்... கம்பீரமான அத்தக் குரவை  
யாருமே ரீபரடியூஸ் செய்ய முடியாது...  
சமசு, வய, சுருதி, உச்சரிப்பு கத்தம் அவர்  
றோட முழுமைமான ஈடுபாட்டுடன்  
பாவத்தோடு பாடுவது தனிச்சிறப்பு...  
கூடவே இருந்து, அவரது எளிமையும்  
தெய்வீகத்தையும் பார்த்துப் பிரமித்துப்  
போகிறேன்.

**மதி, துரைப்பாக்கம்.**

**சங்கீதப் பரம்பரையில் வந்ததால்தான்  
ஹோலிக்கிறீர்களா...?**

இருக்கலாம்... ஆனால் ஒன்று... எத்தக்  
துறையானாலும் சரி, குடும்பப் பாரம்பரி  
யம் ஒரு ஐட்ன்டிடிக்கு உதவலாம்.  
ஆனால் நிலைத்து நிற்க நமது தனித்துவ  
மும், உழைப்பும் தேவை.

**வி. சாஸ்தா கிருஷ்ணன், திருவனந்த  
புரம்.**

**பாடலியாக வந்திராவிட்டால் வேறு  
எத்தத் துறையைத் தேர்த்தெடுத்திருப்  
பீர்கள்...?**

நினைத்துக் கூடப் பார்க்க முடியாத  
கேள்வி இது... இசையோடவே வளர்ந்து  
முழுக்க முழுக்க இசைமயமாகவே ஆகி  
விட்டதால்.. வேறு நினைப்பே எழ  
வில்லை.

**டி.என். ஸ்ரீதர், சென்னை - 59.**

**எம்.எஸ். சுப்புலக்ஷ்மி, எம்.எஸ்.  
வனத்தகுமனி ஒப்பிட முடியுமா?**

அவைகடலின் ஒங்காரம் எம்.எஸ்.  
குரல். இளவேனில் தென்றல் எம்.எஸ்.வி.  
குரல். எம்.எஸ்.எஸ். அம்மாவின் இசை  
யில் இழையோடும் நுணுக்கமான நெளிவு  
களிடுகள். எம்.எஸ்.வி. அம்மாவின் இசை  
யில் காட்டாற்றின் ஓட்டத்தைப் போன்று  
கோலோச்சும்... காற்றினிலே வரும் கிதம்,  
புல்லாங்குழலின் உன்னதத்தை கண்முன்  
நிறுத்துவதைப் பற்றிக் கூறுவதா அல்லது,  
சின்னஞ்சிறு கிளியே எவ்வு கொஞ்சம்  
குரலின் இவிமையை வர்ணிப்பதா...  
எம்.எஸ். அம்மா, அன்னமய்யாவின்  
கீர்த்தனைகளை பிரபலப்படுத்தினார்  
என்றால், எம்.எஸ்.வி. அம்மா, புரந்தரதாசர்  
பதங்களைப் பிரபலப்படுத்தினார்...

இந்த இரு சிகரங்களை ஒப்பிட எனக்கு  
வயதோ, தகுதியோ இல்லை...

பழனி பஞ்சாமிர்தம், திருப்பதி வட்டு  
இரண்டையும் ஒப்பிட முடியுமோ?

**சத்திப்பு : பத்மினி பட்டாபிராமன்**



சென்னைப் பத்திரிகைகள்

மார்ச் 2008

# மங்கையர் மலர்

திருமண மலர்



காஞ்சி மாநகரி

விருந்து உத்திரமேரூர்  
செல்லும் வழியில் உள்வா  
ஒம்சக்தி திருத்தலம்  
கருவேப்பம்பூண்டி. ஒளிப்



கருவேப்பம்பூண்டி

தென் வயல்களும், கரும்புக்  
கட்டிகளும் சூழ்ந்த அனையடி  
யாம் இடத்தில் அமைந்துள்ள



# கல்யாண வரம் தரும்

பீடம் என்றும் ஞானப்பீடம் என்றும்  
அழைக்கப்படும் இந்தலத்தில்,  
அனையத்து சக்திகளுக்கும் ஆதாரத்தி  
யான பராசக்தி, ஸ்ரீ கீர்த்திமதி அன்னை  
என்னும் திருநாமம் கொண்டு அருள்  
பாலித்து வருகிறாள்.

ஸ்ரீ என்றால் ஸட்கம், கீர்த்தி என்றால்  
துர்க்கை, மதி என்றால் சரஸ்வதி. இத்  
திருத்தலத்தில், முப்பெரும் தேவியரும்  
முனை காயாத இனத்துமரை மலர்மேல்  
ஏன்றுபட்டு அமர்ந்து கல்வி, செல்வம்,  
வீரம் ஆகிய முப்பெரும் கொடைவை  
அளித்து வருகின்றனர்.

இக் தேவியின் எழில் திருத்த முகப்பு  
கண்களால் கவர்கிறாள்.

உன்னை நுழைந்ததும், வஸ்துபுரப  
பிரம்மாண்டமான கண்ணாடி மாஸினை  
தொடுந்து அதற்குள் தங்கமுலாம் பூசப  
பட்ட ஸ்ரீ கீர்த்திமதி அம்மன் பத்மாசைம்.  
தேவலத்தில் புன்முறுவனுடன் அமர்ந்  
திருக்கிறாள். அவனவத் தியானித்து  
வணங்கியதும், யாகசாலைக்குச் செல்ல  
லாம்.

அங்கே இருக்கும் யாகக் குண்டத்தில்  
நவ தாவிவத்தை, வாகவனவு எடுத்து,  
கலைவையச் சுற்றி, யாகக் குண்டத்தில்

சம்பந்தித்து, முன்புமுறைச் சுற்றிவர வேண்டும்.

யாசுக் குண்டத்தைக் கடந்து, உன்வே சென்றால், தூர்க்கா, லக்ஷ்மி, சரஸ்வதி மூவரும் அற்புத அலங்காரத்தில் காட்டு யளிக்கின்றனர்.

கருவறைக்கு முன்னால் கந்தல விரூட்சமாவ வேம்பு, விளைவன் விரிந்து பூக்கிருக்கிறது. இந்த வேம்பு விரூட்சத்தில் முப்பெரும் தேவியரும், தவசக்கி கூறும், சங்க மாதர்களும், நவதுர்க்கைகளும் உறைவதாக யுகிசும்.

இந்த வேம்பமரத்துக்கு மஞ்சள் பூசி, பொட்டு வைத்து, மாங்கல்யக் களிற் அணிவித்தால் நிரூபணம் எளிதில் வாக் கூடும். மாங்கல்ய பலம்சூடும், கணவன் மணலி உறவில் பிரச்சை இருந்தால், அளவ அளவற்றும் நீரும் எவ்வது கொன்றுதொட்டு வரும் நன்சிக்கை.

இந்த வேம்பமரத்தின் கீழே, வைக்க குங்குமத்தையும், எலுமிச்சைக் களியையும் பெற்று, பூஜித்து வந்தால், நீயாத விளைகள் நீங்குகின்றன.



வேம்பைத் தரிசித்த பிறகு, இடம் உறமாகச் சுற்றி வந்தால், பெரிய பண்ட பரும், அதனுள் எட்டு அடிக்கும் உயரமாக வளர்ந்து நிற்கும் நாகபந்திரும் இருக்கிறது. பம்பேறு துக்கங்கனாவும், மலக் கண்டங்கனாவும் தாங்கிக் கொண்டு, இத்தவந்துக்கு வருபவர்கள், தலையில்

# கீர்த்திமதி அம்மன்!



முக்கட்டு எண்ணெய் தேய்த்து, இங் குண்ட மரத்தின் கீழ்நிலை நாட வேண்டும். பின்பு, தாகப்பூற்றுக்குப் பால் ஞாபித் துப் பொங்கலிட்டால், அளவெத்துவித மான கோஷங்களுந் தீளாந்தி ஆவதற்கு நம்பிக்கை, குறிப்பாக சம்பந்திதாணும் சுறக்கு உடனடிப் பரிசாய் லைடக் கிறது.

இங்கு நடக்கும் அமாவாசை யாக பூவாழையில் களந்து கொண்டாலே, நவ கோஷ கோஷம் நீங்குவதேயுதி, கேட்ட வாய் கிடைப்பதாகவும் பக்தர்கள் மன மருகக் கூறுகின்றனர்.



# மாங்கையர் மலரின் திருமண மலர்

இணைப்பிதழ்

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டண விவரங்கள்

முதல முப்பது வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 500

30க்கு மேற்பட்ட வார்த்தைகள்: ஒவ்வொன்றுக்கும் தலா ரூ. 15/-

வண்ணத் துண்டு ஒன்றைச் செய்ய கூடுதலாக கட்டணம் ரூ. 100/-

1" X 1" அளவில்

வண்ணப் புகைப்படத்துடன்  
30 வார்த்தைகள் அடங்கிய  
விளம்பரத்துக்கு ரூ. 800/-  
(அதிகப்படியான வார்த்தை  
ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/-)



வண்ணப்

புகைப்படத்துடன்  
விவரங்கள் அடங்கிய  
அரை பக்க Profile  
விளம்பரம் ரூ. 2500/-

வண்ணப் புகைப்படம் அனுப்புவார்கள், தெளிவான புகைப்படமாக, பாஸ்போர்ட்  
Size-இல் இரண்டு பிரதிகள் அனுப்பவும். புகைப்படங்களை திருப்பி அனுப்ப இயலாது.

கட்டணத்தை நேரில் றொக்கமாகவோ அல்லது  
சென்னை செக்காகவோ, வெலியூர் டிமாண்ட்  
டிராபாகவோ, மாங்கையர் மலர் என்ற பெயரில் எடுத்து  
அனுப்பவும்.

விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்க:

மாங்கையர் மலரின் திருமண மலர்

47-NP, துவாஹாரை நேரு சாலை, எக்காடுதாங்கல்.

சென்னை - 600 032.

தொலைபேசி : 4343 8888





## மனம்மகள் தேவை

**DURAI SENTHIL KUMAR, M.A., B.Ed.,**



Iyer, Vadama, Haritha, Poosam, 33, 165, well settled Orthodox Govt. employed Rs. 15,000/- p.m., M.A. B.Ed., (English Teacher) TRB 2005 at Vellore seeks suitable bride employed as Teacher (At any level) with Govt. or Private. Graduated Job seeking bride to have a desire to teaching welcome, matching of horoscopes

and Orthodox family values are essential. Contact : R. Aparna, 99418 19558 Box No. 14828

**J.N. BASKARAN, M.A. (Ph.D.) Sanskrit**

ஐயர், வடமாள், தைத்ருவ கார்யப, திருவாதிரை, ஆகஸ்ட் 1982, 5.7', வசதியான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த காதலி சங்கரமடத்தில் சர்வீஸ் செய்யும் வரனுக்கு தெய்வ பக்தியுள்ள குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரிப் பெண் தேவை. Income Rs. 15,000/- Contact : 044-4351 2940 பெட்டி எண் : 14831



**V.S. SALLAPATHY, PGDCA, M.COM (MBA)**



Iyer, Vathimal, Athreya, Avittam, 38 years, PGDCA, M.Com., (MBA), Admin. Officer in MNC, Chennai, 35,000/- p.m., Owns 2 Bed Room Flat in Chennai, Thiruvannmiyur seeks employed/unemployed girls. Contact : salla27@rediffmail.com Mobile : 9791068797 Box No. 14848

**R. RAMESH BABU, B.E., M.S.E.**

Naidu, Pooradam, 34/175, fair, clean habits, Looks Younger Senior SWE USA \$ 10,000/- p.m., seeks suitable bride. Reply email:vrk25@yahoo.com Phone : 080-25808035 Box No. 14851



**M.R. SRIDHAR**

Iyengar, Bharadwaja Gothram, Hastham, Kanya Rasl, 41, 6.2', Govt. Job Rs. 12,000/- p.m., Own House at Kuppam Chittoor Dist., Seeks Iyengar/Iyer homely girl. Contact : 09811174261 Box No. 14846

மங்கையர் மலரின் திருமண மலர் பகுதியில் ஜாதி, மத, இனப் பாகுபாடு இன்றி, சமுதாயத்தின் அனைத்துத் தரப்பினரின் விளம்பரங்களும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. அவைகள் யாவும் மங்கையர் மலரின் கோட்பாடுகளுக்கு உட்பட்டு இப் பகுதியில் வெளியிடப்படும்.

◆ ஐயர், வடமாள், பூரிவதஸம், மகம், 33/5.7, எம்.காம்., சென்னையில் சொந்தத் தொழில், ரூ. 50,000/- மாத வருமானம் பெறும் வரலுக்கு பட்டதாரிப் பெண் தேவை. மொனபல் : 9840880458 பெட்டி எண் : 14780

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharathwajam, Visakam, 26, 5ft, 7", B.Com., MBA, PGDFM PGDCIM very fair, Associate Manager, Standard Chartered Scope International, seeks alliance from suitable Iyer girls. Ph : Natarajan 2242 1185, saiankara matrimony in : 47908/81 Box No. 14781

◆ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேய, சதயம், 47 வயது, 5.3', பி.காம்., சொந்தத் தொழில் (Rubber Play Ball Company) Rs. 7000/- மணமாகாதவருக்கு தகுந்த மணப் பெண் தேவை. சட்டப்படி விவாகரத் தான மற்றும் விதனவகையும் சம்மதம். ஃபோன் : 0452-2892833 பெட்டி எண் : 14782

◆ Iyer, Vadamal only son, Uthirattadhi, 39, plus two, Simpsons Permanent Job Annual Income Two Lakhs Owns Independent House looks young seeks good-looking girl. Subsect acceptable. Contact : 040-27966188, Box No. 14783

◆ மாதவா, கன்னடம், 45, சித்திரை நட்சத்திரம், ஆத்ரேய கோத்திரம், கன்னி ராசி, சொந்தத் தொழில் (ஆட்டோ) 8000/- மாத வருமானம், தல்ல பிராமின் பெண் வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 14784

◆ Vadammal, Koundinya, Ayilyam, Kadagam 28/155cm, fair, BBA, CTO, MNC, Chennai, Rs. 40,000/- Subsect no bar, seeks UG/PG bride. 09443568800/ 09952525219 Box No. 14785

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam,

Swathi, 1976, 5.4', B.Sc., MCA, working as S.W. Engineer in MNC, Chennai 15,000 p.m., wheatish Own House seeks employed girl graduate or Post-graduate. Subsect no bar. Box No. 14786

◆ வடமாள், ஆத்ரேயம், பூரம், 33, 6.2', B.E., H.B.A., T.C.S. சென்னையில் வேலை திருமணமாகி 10 தாட்களில் சட்டப்படி விவாகரத்து ஆனவர்க்கு பட்டதாரி ஐயர் மணமாகத் தேவை. எரினமயான முறையில் திருமணம், பெட்டி எண் : 14787

◆ குருக்கள், பாரத்வாஜம், சதயம், வயது 29, 5.4', சிவப்பு திறம், MBA (Finance) Accenture (MNC), Chennai, (கோதர் ஒருவர் - மணமாகவர்) பட்டம் பெற்றுள்ள பணியில் உள்ள/பணிக்குச் செல்ல விரும்பும் தல்ல திறமுள்ள குடும்பப்பாங்கான மணமாகத் தேவை. தொடர்புக்கு : 044/26274781 பெட்டி எண் : 14788

◆ Iyer, Vathimal, Avittam 2nd, 40/1731 DEE 30,000/- p.m., Legal Divorcee, well settled in Delhi, seeks suitable Brahmin bride, divorcee/widow also can apply. Refer TM-M617345 Contact : (M) 09811871718 Box No. 14789

◆ Iyer, Vadamal, Kousigam, Heatham, 35/5.8', fair, B.A., (MBA) Diploma in MMV, employed in Aviva, Insurance Company, Asst. Sales Manager, Chennai Rs. 30,000/- p.m., (including Rs. 5000/- 'B' Natural Partnership income) seeks suitable girl. Subsect no bar. Phone : 044-06916061. Box No. 14790

◆ Wanted employed Professional Degree bride, above 157 cm, Middle Class to Iyer, Vadamal, Kousikam, Pooradam, Boy 30, 170 cm, B.E., MBA, Territorial Manager, ICICI Bank, salary



INSUVAI VENDAN  
G. SUBRAMANIAN

**அசத்தலான உயர்தர  
திருமண சமையலுக்கு**



# SARASWATHI CATERING SERVICE

தலைமுறையினர் வாழ்த்தும் அளவுக்கு உங்கள் இல்லத்தில் திருமணம்  
இருக்க வேண்டுமென்றால் சமையல், சாப்பாடு என்பது தான் மிகச்சிறந்தது!  
திருமணத்திற்கு சமையல் என்று சொன்னால் நினைவுக்கு வருவது  
பாரம்பரியம் கலையுமிக்க தென் இந்தியாவின் மிகச்சிறந்த  
ஒரே ஒரு முன்னணி ஸ்தாபனம்



## சாஸ்வதி கேட்டரிங்

தலைமுறை தலைமுறையாக இத் தொழில் செய்து அனைத்து தரப்பு மக்களின்  
ஏகோபித்த ஆதரவை பெற்று அவரவர்கள் வசதிக்கேற்ப செய்து தருவது மட்டுமன்றி  
பல பெரிய மனிதர்களின் வீட்டு திருமணம், பல முக்கிய பிரமுகர்களின் வீட்டு  
திருமணம் என்று பாரம்பரங்கள் வியக்கும் வண்ணம் மிகச்சிறப்பாக புதுமையான  
முறையில் சைவ உணவு வகைகளான தென்னிந்திய, வட இந்திய, Rajastani,  
Punjabi, Gujarathi, செட்டிநாடு, மலபார் உணவு வகைகள், SP Chat counter,  
SP Desert Counter, Continental Food, Chinese Food, Italian Food, என்று  
சைவ உணவில் எவரும் இதுவரை செய்திராத வகையில் மிக புதுமையான  
முறையில் பல விதமான உணவு வகைகளை பாரம்பரியம் மிக்க கலையுடன்  
தாயுள்ளத்தோடு பரிமாறி உங்கள் வீட்டு திருமணங்களை ஏற்று மங்களவாத்ம்யம் முதல்  
வீட்டுளதும் வரை (A to Z) என்று அனைத்து வகையானவர்களுக்கும் முன்னின்று செய்து  
தருவதுடன் இப்புவலகில் எல்லோரும் பெருமையடையும் வகையில் செய்து  
தனக்கென தனி சமையல் உலகின் சாம்ராஜ்யத்தின் ஒரே முன்னணி திருமணம் என்று  
பலர் பெருமைபுடன் கூறும் வகையில் இருக்கும் ஒரே ஸ்தாபனம்



**கல்யாணமா எங்களை கூப்பிடுங்கள்  
நீங்கள் விரமிச்சுபோனீங்கள்**

**SARASWATHI  
CATERING SERVICE**

**Insuvai Vendan G. Subramani Iyer**

No.65, (old no. 30), Subramanian St., West Mambalam, Chennai - 33.

Off: 24742433 / 23719535 Cell: 98400 54900 Tele Fax: 24742433

Branch off: Colmbatore Ph: (0422) 2343710

E- Mail: insuvaivendhan@yahoo.com www.saraswathicateringservice.com

**Ellorakum  
Favourite**

**We undertake Marriage Catering all over India**



Rs. 25,000/- R. Chandra Sekaran,  
Phone : 04142-292303, 98654-68704  
Box No. 14791

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம் 1) பூசம், 47,  
5.4', 20,000/- 2) ஹஸ்தம், 44, 5.6' 20,000/  
- எண்ணையில் சொந்தத் தெலுலிப்பரியும்  
பட்டதாரி சுகோதரர்கள் இருவருக்கும் +2  
அல்லது டிகிரி படித்த மணப்பெண்கள்  
தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். போன் :  
9790810713, 9940541713 பெட்டி எண் :  
14782

◆ Alliance Sought for  
Brahacharanam, Bharathwajam,  
Visakam Boy aged 27 years 6.2'  
earning 10 L p.a. as Air Craft  
Engineer, preferably from girl  
employed on Engg. or Software.  
Send full details to Box No. 14793

◆ Iyengar, Kousikam, Visagam, 11  
years, 170 cm, DECE, PGDH, CCNA,  
Computer Hardware Engineer,  
Muscat, Rs. 4 Lac + per annum,  
(Mutual Consent Legal divorce),  
seeks Tamil homely, Brahmin girl.  
Subsect no bar. Contact Phone : 044-  
2815 7821. Box No. 14794

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam,  
Kousikam, Pooram, 160cm, B.Com.,  
M.C.S., PGDFM, Accounts Officer, TVS  
Madurai, Rs. 16,000 p.m., seeks  
suitable bride, Graduate girl,  
employed/not employed from decent  
family. Subsect no bar. Contact : 98942  
01585, 9944642444 Box No. 14795

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Bharathwajam,  
Visakam II, Feb. 1980, 5.11', B.Sc.,  
working in Asian Paints (Officer  
Bombay) Owning Independent House,  
only son, seeks graduate Iyer girl.  
Employed/unemployed, Phone : 0712/  
2570333. Box No. 14796

◆ எஸ். மனோகரன், டி.எம்.எ., மருத்துவர்,  
32 வயது, என்ஜினியர், Site Works,  
Chennai, Rs. 23,000/- p.m., பூட்டாதி,  
குமப ராசி, பட்டதாரி மணமகள் தேவை.

தொடர்பு : எஸ். பழனிவேலு, செல் :  
94428-07649 பெட்டி எண் : 14797

◆ Iyer, Vadama, Kasyaba, Uthiram, 37/  
175, B.Tech., (ECE) MBA/15,000 p.m.,  
Central Govt employed at  
Pondicherry good looking boy with  
clean habits, seeks suitable girl, Box  
No. 14798

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Aathreya,  
Moolam, 27 years, 166 cm, (M.Sc.)  
B.Ed., working as BT Asst in Govt.  
School, clean habits, lean, seeks  
suitable preferably educated  
employed girl. Contact Phone : 04342-  
230630, 9442230630. Box No. 14799

◆ ஐயர், வடமாள், கோகிணி, ஹரித, 35/170  
B.Sc., (MMM) Zambikடில் வேலை,  
தகுந்த பட்டப்படிப்பு படித்த மணப்பெண்  
தேவை. போன் : 22242498, 060-4121365  
E.M.lakshmi\_gg@yahoo.com Box No.  
14800

◆ Vadama, Koundinya, Moolam-II,  
1977, 182, ICWA, CA, CIMA,  
Bermuda, Bank seeks Vadama girl well  
qualified. 044-2265 1297 Box No.  
14801

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam,  
Thiruvathirai, 26/178cm, BE,  
employed in TCS, seeks suitable bride,  
Contact with horoscope phone :  
9941467093, 22395591 : Mail ID :  
sudhamou178@yahoo.co.in Box No.  
14802

◆ Iyer, Kausikam, Pooram,  
Brahacharanam, November  
1982, B.Sc., D.NIIT, 174 cm,  
Senior Software Consultant in  
MNC, Chennai Rs. 6 Lakhs per  
annum, seeks suitable employed  
girls. Subsect no bar. Contact :  
9444639558/28444742 Box No.  
14803

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam,  
Athreyam, Visakam, 28/5.7', fair,  
pursuing Ph.D., in USA, Getting



ஓம் ஸ்ரீ சாய்ராம்  
LOVE ALL • SERVE ALL

**ஸ்ரீ சாய் அரவீந்த் கம்யூனிட்டி ஹால்**

**All**

Seasons

Functions

Meetings

Celebrations



Centrally  
located,  
Reasonable  
Hall Rent

**One Venue**

**SRI SAI ARVIND COMMUNITY HALL**

*Air Conditioned Hall & Rooms*

1, Bhagirathi Ammai Street, R.A. Puram, Chennai - 600 028.

**☎ 2493 3057, 98417 25243**

சுமேஷ் ஹாஸ் ஸாஸ்திரிகன் பங்கு

ஸ்ரீ மாதா புலகேசுவரி துறவணி

மேதாஸ் ஹாஸ் ஸாஸ்திரிகன் பங்கு

கணபதி ஹோமம், துவக்க ஹோமம் வ்யாதிசன் தீக்க தன்வத்தரி ஹோமம், மருத்யு பாயம் தீங்க அமித்த மருத்யுஞ்சய ஹோமம், சுவயம்வர கலா பார்வதி ஹோமம், கலா தோஷங்களுக்கும் தீங்க ஸ்ரீ மஹா ஸுதர்ஸன ஹோமம், புத்தபாக்யம் உண்டாக சந்தான கோபால ஹோமம் (ஸூகலீலா மருத்தூடன்), ஜாதக ரீதியாக பரிசுர ஹோமங்கள் மற்றும் உபநயனம், கல்யாணம் சீமந்தம், சஷ்டி அம்ம பூசை, சௌரீஸேகரம், அபயம் ஹோமம் அனைத்தும் சீவ முறையில் துள்ளாக செய்து தரப்படும்.

மேலும் தமிழகத்தின் மிகப்பெரிய கோவில் திருவானை கும்பகோணத்திற்கு அருகில் உள்ள ஸ்ரீ வாலுசியத்தில் 10.6.2008 அன்று பிறகு சாப திவர்த்திக்காக திருவானை S. நாகராஜ் சாஸ்திரிகள் அவர்களால் சமர்ப்பிக்க நடத்தப்பட உள்ளது.

மேற்படி ஹோமத்தில் கலந்து கொள்ள விரும்பும் ஆன்மீக அன்பர்கள் பெயர், கோதரம், நகரத்தோடு போன்ற விவரங்களுடன் ரூ. 4500/-க்கான DO / Cheque S. Rajan என்ற பெயரில் அனுப்பி தங்கள் பெயரை பதிவு செய்து கொள்ளவும்.

(மேற்கண்ட தொகை தம்பதியினர் கும்பகோணம் போகவர செலவு, சாப்பாடு, ஹோம செலவு, அன்னதானம் உட்பட.)



விவரங்களுக்கு அணுகவும்.

**S. நாகராஜ் சாஸ்திரிகள்**

12, மஹாலக்ஷ்மி நகர் குதல் குறுக்குத் தெரு, ஆதம்பாக்கம், சென்னை - 600 089.

போன்: 8564 5728 செல்: 92834 02195, 9282435572

சகல திருமண  
ஏற்பாடுகளும்  
செய்து தரப்படும்.

## திருமண மலர் - வினம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் வினம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ 500/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ 15/- வண்ணத்தில் 'சுதந்திரம்' செய்ய ரூ 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும். வண்ணப் புகைப்படத்துடன் (1" X 1") வெளியிட ரூ 800

Seipand seeks good-looking girl with respectable family. Subsect no bar. Mobile : 94449 27432; 98413 27426. Box No. 14804

◆ Smartha Kannada Iyer, Gowthama, Pooradam, 26, 6', Handsome, BE 35,000/- p.m., Engineer in Reputed Company in Chennai seeks graduate fair, homely girl. Subsect acceptable. Phone : 9894230556 BoxNo. 14805

◆ Iyer, Brahacharanam, Kasyapa, Swathi, 178, September 1971, Diploma in Airconditioning and Refrigeration Own Business, Colmbatdre seeks suitable girl. Subsect no bar. 0422-2425239, 9842275041 Box No. 14806

◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், காளியம், பூசம், 38/165 M.Sc., M.Phil., B.Ed., விரிவுரையாளர், சென்னை ரூ. 15,000/- படித்த வேலையில்லுள்ள குடும்பப்பாங் கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எதிர்பார்ப்புகள் எதுவுமில்லை. போன் : (044) 22234149 பெட்டி எண் : 14807

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Pooram, 28/173, B.E., Delhi based, Salary 7 L + p.a., seeks beautiful, smart, slim, fair, well educated, working respectable family girl. Subsect no bar. Send details with Photo & Horoscope to email : gvr5225@indiatimes.com Box No. 14808

◆ தமிழ் ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், பாத்வாஜ கோத்திரம், அவிட்டம் 2ம் பாதம், 181 செ.மீ., 27 வயது, எம்.சி.ஏ., சீனியர் சாஃப்ட்வேர் என்ஜினியர் வர னுக்கு படித்த வேலையில் உள்ள/இல் லாத மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஃபோன் : 044-2486 4856, 9444538884 பெட்டி எண் : 14809

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், அக்ஷினி செப்டெம்பர் 1976, எம்.சி.ஏ., சீனியர் மாஜேஜர், U.S., M.N.C. சென்னையில் பணிபுரியும் வர னுக்கு குடும்பப்பாங் கான மணமகள் தேவை. ஃபோன் : 044-2474 5132 பெட்டி எண் : 14810

◆ Smartha Desista, Brahmin, Vasishtha Gothram, 32 years, Pooram, 5.3', B.Sc., Software Engineer in Mumbai, very good salary, Legally Divorced seeks suitable homely good looking any Brahmin girl employed (or) unemployed. Phone : 044-24412596, Box No. 14811

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, Chitral-3, 30 years, 180cms, H.R. Manager, MNC, B.Com., MLM, MBA, PGDPM, PGDCA, salary 46,000/- p.m., seeks graduate girl. Subsect no bar. Contact : 42033130/9962231104 Box No. 14812

◆ Iyer, Vadamal, Sukta Yajur, Mowthgalyam, Krithigai first padam, Feb. 1975, M.Com., Private Company 12,000/- seeks educated homely girl. Subsect no bar. Contact : 9962336208, 9791132826 Box No. 14813

◆ Madhwa Desista, Marathi, Athreya, Ayilyam, Kataka Rasi, 30 years, Ht. 5.8, B.Sc., M.Sc., I.T., employed as Sr. Software Engineer in MNC, Chennai seeks a homely girl. Box No. 14814

◆ Tenkalai Iyengar, Bharathwajam, Thiruvathirai, 17.8.1971, M.A., Hotel Management, Own Business, income Rs. 25,000 per month (no father). seeks bride. Any Brahmin accepted.



# சாரதா கேட்டரிங் சர்வீஸஸ்



ஜெனரலி டிபாடர் | பணியுடன் பணியினை

- திருமணம் மற்றும் அனைத்து விசேஷங்களுக்கும் A to Z
- கோலம் முதல் கட்டுசாதம் வரை அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் செய்து தருகிறோம்.



செய்மை மற்றும் நடைமுறை மூலமாக

*Our Service for Marriage is Speciality*

No. 12, New 25, Velunaicken Street, West Mambalam, Chennai - 33.

போன்: 2474 6111, 2474 2721, செல்: 98400 68088

## SHARADHA STORES

SINCE 1974

51, Aryagowder Road, WEST MAMBALAM - 2489 3223  
27, Subbah Reddy Street, WEST MAMBALAM - 2471 0109  
30, 4th Main Road, NANGANALLUR - 2224 5191

- Fresh Butter • Pure Ghee
- Cow Ghee • Pooja Items
- Sharadha Appalam

பண்டங்கள் கால பட்சணங்களுக்கு ஒரு பாரம்பரிய நிறுவனம்

## சங்கம்

♪ இன்னிசைக்குழு

...with 28 Years Experience

Phone : 044 - 2476 7604

Mobile : 98414 60521, 98412 43503.

(Tamil, Telugu, Malayalam, Hindi)

[தமிழ், தெலுங்கு, மலையாளம், இந்தி]

உங்கள் தலை உயர்வுக்காக

கொள்க...

வசம்பாக்க...



R.T.M. Complex, No. 60, Arcot Road, Porur, Chennai - 116.

(Opp. Hotel Grand Residence)

**Contact : Mother Indira - 9884730779,  
Sister Usha : 9884525351 Box No.  
14815**

◆ தெலுங்கு பிராமின், கொனசீமா, உத்திரட்டாதி, வாதுலம், 34, 172 செ.மீ., ACS, BL, கோயம்புத்தூரில் கம்பெனி செக்ரெட்டரியாக பணிபுரியும் மணமகனுக்கு, படித்த தெலுங்கு/ தமிழ் பிராமண மணமகள் தேவை. மொதபல் : 9245390106/9442852184 பெட்டி எண் : 14816

◆ Iyer, Vadama, Viswamithra, Hastham, 30/DME, 160cm, Own Business, Rs. 20,000 p.m., fair, clean habits, seeks homely good-looking girl. Subsect acceptable. Ph: 044-22237715. Call : 9952363530. Box No. 14817

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, 1980, Pooradam, fair, 5.8', B.C.A. MBA, Salary Rs. 30,000/- p.m., Jindal Steel and Pharmaceutical Ltd., good-looking, educated girl from respectable family. Contact with horoscope and details. Phone No. 044-22485381 Box No. 14818

◆ Vadamal, Vadoolam, Rohini, 40, Bachelor, B.Com., 5.8', Pvt. Co., 2 Lakhs p.a. seeks employed girl. Subjects/any Brahmin caste O.K. Divorces excuse. Simple marriage. Phone : 2242 1082 Box No. 14819

◆ Iyer, Thanjavur, Vadamal, Athreya, Thiruvadhira, 9.1.82, 5.7', MCA, SW Engineer, Microland, Bangalore Rs. 20,000/- per month seeks decent girl employed in Bangalore or Transferable. Contact : 0870-2567744. Call : 09849233872, 099083 50954. Box No. 14820

◆ ஸ்யர், பிரதீபசுரணம், கர்னயபம், அனிட்டம், 31/170, பி.காம்., சார்ட்டட் அக்கவுண்டன்ட் கம்பெனியில் ஆடிட் அனிட்டெண்ட். ரூ. 8000/- மாத வருமானம், மற்றும் எல்.ஐ.சி., ஜி.ஐ.சி., ஏஜெண்டாக பணிபுரியும் பையனுக்கு பட்டதாரி மணப்பெண் தேவை. எளிய

திருமணம். எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. உட்பிரிவுச் சம்மதம். போன் : 044-8587 8923, பெட்டி எண் : 14821

◆ Iyengar, Vadagalai, Koushigam, Poosam (4), 1975, 5.11', B.E., Product Manager, SIFY Chennai, 45,000/- p.m., seeks suitable bride. Left Eye Defective. Contact : 044-43581628. Box No. 14822

◆ Vadamal, Kousikam, Bharani-3, Dec. 73, B.Sc., (MBA), 22,000/- Sr. Executive Ltd., Co., seeks Graduate employed girl, S. Rajaraman, Sanjevi Flats, 2/8 Sri Devi Amman Street, Subash Nagar, Chromepet, Chennai - 600 044. Cell : 9884247635, 9382330427 Box No. 14823

◆ Iyer, Brahacharanam, Haritha, Avittam, Kumbha Rasi, Oct. 1979, 5.9, B.E., employed in HCL Chennai, seeks suitable bride. Mother alive. Younger sister married. Contact : 9840724085 Tamil matrimony - M840323 Box No. 14824

◆ Iyer, Brahacharanam, Logitham, Uthiram 3rd, 27/178 cm., B.Sc., MBA, GNIIT, working in Public Ltd., 3.5 Lakhs p.a. clean habits, seeks graduate working/Non-working bride. Only son, Own House. Contact : 044-22246472. Tamil Matri ID M1099203 Box No. 14825

◆ Iyer, Ashtasahasram, Makam, Kasyabam, 33 year, MBA, Muscat, 12 Lakhs per annum, family Visa, Seeks suitable homely girl. Subsect no bar. 044-2244 7880. Box No. 14826

◆ வடமாள், பூவதஸம், மகம், 30/5.5', M.A., MCSA (MBA) Rs. 12,000/- சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் System Administrator பணியிலுள்ள மாநிதமுடைய வரலுக்கு டிகிரி (அ) +2 படித்த நடுத்தரக் குடும்பத்திலிருந்து



பெண் தேவை. தெ.பே. எண் :  
044-22253798. பெட்டி எண் : 14827

◆ ஜூலைமில் வரலிருக்கும் வடமான்,  
ஆத்ரேய உத்திர (3) 1976/5.11' PG in Fin  
Canada Settled ஸயனுக்கு graduate  
above 5.3' bride from simple family  
(TM M1043455) Box No. 14829

◆ Iyer, Vadamal, Haritha,  
Punarpoosam, Fair, 30, 5.8', M.Sc.,  
B.Ed., Physics, Teacher in Reputed  
School in Chennai Rs. 18,000/- Own  
House seeks Graduate employed/  
unemployed girl. Contact : S.  
Sethuraman, 43521213; 9840227357  
Box No. 14830

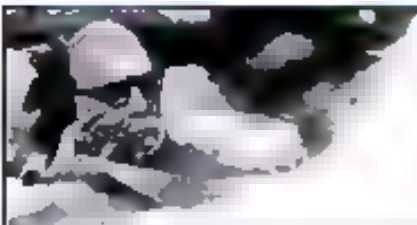
◆ ஐயர், அஷ்டசகன்சம், கசப்ப  
ரோகினி, 35/168 பி.காம்., அப்தாபிவில்  
வேலை 9 லட்சம் வருட வருமானம்  
உள்ள ஸயனுக்கு மணமகள் தேவை,  
எதிர் பார்ப்பு இல்லை. உட்பிரிவு  
சம்மதம். ஃபோன் : 044-22494049/  
09980135280 பெட்டி எண் : 14832

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam,  
Poorattadhi, 35/5.6', B.Com.,  
Asst. Manager, Finance, IBM,  
Bangalore, 6Lacs per annum,  
seeks suitable employed  
graduate girl. Ph : 044-2371 9055  
Box No. 14833

◆ ஐயர், வடமான், பூவத்தம், சித்திரா - 1,  
5.11', பி.எ., ■, வருமானம் ■, 9000/-  
தனியார் படித்த வேலையில் உள்ள பெண்  
தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஆர். ஜெயபால்,  
தெ. 5. எம்.ஜி.ஆர். தெரு. மணவாளன் தூர்,  
பழைய பெருங்களத்தூர், சென்னை - 63  
மெல் : 9710693500 பெட்டி எண் : 14834

◆ Iyer, Brahacharanam, Sankrithi,  
Poosam, 1977, 5.4', BA (Eco) E. Comm.  
NIIT, Dip. SISI employed Citl Group  
Global Services 20,000/- p.m., seeks  
suitable employed Brahmin girl.  
Father, Mother both retired. Contact  
: 044-23640701 Box No. 14835

◆ Iyengar, Vadagalai, Bharadwajam,



ஸ்ரீ கௌமி நாத கௌமி சௌபயம்



சுந்தியாவின் சிறப்பறிக்க முன்னணி சந்தாபயம்

SGS

Sri Gomathi Sankar Catering Service

ஸ்ரீ கோமதி சங்கர் கேட்பரிங் சர்வீஸ்

Master Cook Catering Contractors



சனமயம் சக்கரவர்த்தி

மாம்பலம் G. சங்கர் ஐயர்

பாரதம்  
முழுவதும்

15/6, Nayakkamar Street, Near Postal Colony, West Mambalam, Chennai - 600 033

Ph: 2274 2218 Cell: 98444 13559, 93810 53924, 2483 2334 (R)

இந்த இதழில் பிரகரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/7/2008. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : ..... C/o மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, நக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

**Mrigaseersam, 33, 175cm, M.A., Ph.D.,**  
Lecturer in Private College 14,000/-  
p.m., innocent issueless Legal  
Divorcee seeks girl from respectable  
family. Divorcee excuse. Contact : S.  
Seetha 044-26800282 Box No. 14836

◆ **Sairam, Iyer, Vadamal, Srivatsam,**  
Uthirattathi, 33/165 BA, BLIS Pvt.  
employed/Business 1.8 lacs pa Owns  
Flat, Chevval in 7th Neecham seeks  
employed/unemployed girl.  
Horoscope Optional. Contact :  
9283232137 Box No. 14837

◆ வடகலை, ஐயங்கார், பரதவாஜம்,  
ஆலிட்டம், 34/5.9 (செவித்திறன் குறைந்த)  
தனியார் வேலை, மாதம் 2000/- + சகல  
வசதிகளுடன் கூடிய சொந்த வீடு + வடகலை  
8000/- 5-ம் வகுப்பு பையனுக்கு, படித்த/  
படிக்காத பிராமண பெண் தேவை, சிறிய  
கணம் பரவாயில்லை. எதிர்பார்ப்பு இல்லை.  
செல் : 9444187341 பெட்டி எண் : 14838

◆ **Mudallyar, Sadayam, Kumba**  
Rasi, 28/ 6 feet, fair complexion,  
B.Com., MBA, AICWA, MNC Job,  
7 Lacs p.a., seeks graduate girl  
with good family background.  
Subsect no bar. Contact : 0435-  
2441261 Box No. 14839

◆ ஐயர், காஸ்யபம், ரேவதி, 35/ 5', ரூ.  
10,000/- மாத வருமானம், சட்டப்படி  
விவாகரத்தான பையனுக்கு மணமகள்  
தேவை. பிராமணர்களின் எல்லாப் பிரிவும்  
சம்மதம். எதிர்பார்ப்புகள் எதுவுமில்லை.  
சென்னையில் சொந்த பசாட் உள்ளது.  
போன் : 044-22240256, பெட்டி எண் :  
14840

◆ **Mudallar Groom, Sr. Software**  
Engineer, 29, 5.7', B.Sc., MCA, MNC,  
Chennai Monthly Rs. 50,000/- Star  
Poorattadhi, seeks fair, good-looking

graduate girl 23/26 same community.  
Contact : 080-2545 8685, 94492 77424  
Box No. 14841

◆ **Telugu Brahmin Velanadu**  
Srivathsa, Maham June 1979/177, MCA  
employed Leading Software Company,  
Decent Salary, Clean Habits, seeks  
homely educated girl. Rahu or Kethu  
in Lagham or Second Place preferred.  
Phone (044) 2231 5986 Box No. 14842

◆ **Unmarried Vadamal/Kaushik,**  
Uttarattadhi, 1969, 6 feet, B.Com.,  
working with Private Co., Mumbai,  
17,000/- p.m., seeks +2 or Graduate/  
employed or un-employed. Widow :  
without child acceptable/Divorcee -  
Excuse. Mobile No. 09819709823 Box  
No. 14843

◆ **Madhwa, Kannada, Balaganadu,**  
Athreyam, Swathi, Oct. 1966, 175 cms,  
BA (Eco) (ICWA) working as  
Accountant Pvt. Rs. 12,000/- p.m.,  
preferred +2/Degree bride. Brahmin/  
subsect no bar. Box No. 14844

◆ **Iyer, Vadamal, Bharatwajam,**  
Poorattadhi, 1965/175 cm, Graduate,  
System Executive Public Ltd.,  
Chennai, Rs. 30,000/p.m., fair, Legally  
Divorced, seeks homely, affectionate  
girl divorcee/Widow without Child  
acceptable. Contact : 044-4210 7973,  
9840357792 Box No. 14845

◆ **Iyengar, Tengalai, Uthiradam 4**  
Sandilya 35, Hindi MA, employed MNC  
Advertising Rs. 8.5 lacs per annum  
seeks employed/Non-Employed girl.  
Simple marriage. Subsect no bar.  
Graduation Not Essential. Own Flat  
at Chennai. Box No. 14847

◆ வடமான் ஐயர், வாதுலம், ஞானம்,  
B.E. (ICE) nit, திருச்சி 28 வயது, உயரம்

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கைவொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகன் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களை என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது தல்லது. மேலும் வரலாற்றைத் துணையாகத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவித் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே!

• பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

5.9', வரலாற்று நன்றாகப் படித்த குடும்பப்பாங்கான வடமாள் பிரிவு, பட்டதாரி பெண் தேவை. Bangalore IT firm, ஆண்டு வருமானம் ரூ. 10 லட்சம். போன் : 0431-2592023. Bharat matrimonial 121 1373 Box No. 14849

◆ Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Hastam-1, M.S. (US) Design Engineer (US) Age 26 Height 183 cm, well-to-do Orthodox family. Seeks bride from Brahacharanam. Ph. No. 0431-2481853, 69 Cell No. 94433-81864 Box No. 14850

◆ Tamil Iyer Vadamal, Koushikam, Swathi, 6th July 76, 178 cm, Fair, MS IT & Management, Project Manager, IGate, Chennai, Salary Rs. 8.5 Lacs p.a. seeks suitable bride, age difference 3-6 acceptable. C. Sankaranarayanan, Ph : 044-2366 1825 Cell : 9962594199 Box No. 14852

◆ Iyer, Vadamal, Kousika, Thiruvadhiral, 36, 6', looking young, A.C.A. working in MNC, Chennai, smart seeks girl, unemployed, good-

சு மதுரவாணி குமாரன்



**ஆனந்தா கேடபரிங் சர்வீஸ்**  
**ANANDHAA CATERING SERVICE**

**WE UNDERTAKE MARRIAGE  
& OTHER FUNCTIONS  
CONTRACT ON A TO Z BASIS**

**K. BALAJI - Catering Contractor**

# 37, Nagarathinammal Street, Janaki Nagar, Valasaravakkam, Chennai - 600 087.  
Ph - (044) 6539 3094 Mobile : (0) 98401 39130, 98409 39130, 92824 17287

looking from respectable family. Ct Ph : 044-2498 5580 Box No. 14853

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Kettai, 20.02.1971, 5.9', Graduate Second Hand Car buying & selling Own Business five lakhs per annum, seeks bride. Subsect no bar. Ph : 2495 0158, 98415 71026 Box No. 14854

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Thiruvonam, 24/03/1968, 5.10", Five Lakhs per annum (Legal Divorcee marriage lasted for 10 month) Own Flat, Partner with Flat Promoter seeks suitable bride. Subsect no bar. Ph : 24950158, 98415 71024 Box No. 14855

◆ Iyer, Vadamal, Paurakutsa, Moolam, 28/172, very fair, B.E., MBA., employed in MNC, Chennai, 8.5 lac p.a. seeks professionally qualified good-looking girl. 044-2247 2445. [vljswam@rediffmail.com](mailto:vljswam@rediffmail.com) Box No. 14856

◆ Wanted bride from decent family for Tamil Bharadwaja, Vathimal Boy, Sadhayam 31/5.7', B.Com., A.C.A. working in International Audit Firm, Mumbai. Subsect no bar. Phone : 022-2567 3312 Box No. 14857

◆ Iyer, Vadamal, Kousigam, Pooradam, 1972/178 cm., C.A. (Inter), SAP, Senior SAP Consultant, MNC, Rs. 1 Lac per month, fair, Medium built, seeks suitable girl. Ph : 2432 6215 Box No. 14858

◆ Iyer, Tamil, Srivatsam, Aswini, Brahacharanam, B.E., MBA, Inspn. Engineer, Oman/Muscat, 30/165, good salary, seeks educated, good-looking girl from good family, age 25-29/152-163, Subsect no bar. Contact : 044-2479 1473, 9840035466. Box No. 14859

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, Mrigaseersham, 32, S.10', B.Com., Area Sales Manager, Elite India Ltd., Rs. 35,000/- p.m., seeks suitable employed girl. Phone : 044-24420665 Send horoscopes to Box No. 14860

◆ ஐயர், வடமாள், வாதூரம், உத்திரம்-2, 26.5.1969, கத்த ஐராதகம், 170 செ.மீ., டி.எம்.எ. சொந்தத் தொழில், 11 வருடங்கள் சொன்னை, மாதம் ரூ. 20,000/- குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை, எதிர்பார்ப்பு இல்லை. சொந்த வீடு உண்டு. வி. கத்தாம், 12/4 ஜே.பி. தெரு. 2வது மாடி, மேற்கு மாம்பலம், சொன்னை - 33. ஃபோன் : 2488 1665/2858 5035 மாப்பிள்ளை எத்திரசேன்.

◆ Iyer Boy, Vadamal, Harikha, Karthigai, 26/170 cm, BE Pollaris & Lacs pa seeks good family girl, R. Gurumurthy (BHEL Retd) GB 12 Sivasayam Apt, 3rd Street, Ragavareddy Colony, Ashok Nagar, Chennai - 83. Ph : 044-43597351.

◆ Saiva Pillai parents seeks bride for Son 32/176 cm, girl should be good-looking, educated, employed. C.S. Gomathy, C1/705, May Fair Tower, Charmwood Village, Suraj Kund Road, Fandabad 121009, Hariyana.

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Visakam, 1982, 167 cm, MBA, BHM & CA, employed International Airlines @ Hyderabad. Seck's employed P.G. girl from decent background Contact : Cell : 9949545458 Send Bio-data N. Seetha Raman, F.No. 1B-10-3-35, 1st Floor, Maruthi Residency, East Marad Pally, Secunderabad - 26.

◆ பிரஹ்மசரணம், பராசர கோத்திரம், அனுஷம், 42 வயது, தனியார் பள்ளியில் பட்டதாரி ஆசிரியர், மாத சம்பளம் ரூ. 9000க்கு 30 வயதுக்கு மேற்பட்ட மனமகன தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். முகவரி : ஜி. குப்புசாமி, 4/909 மொகப்பேர் (மேற்கு) சொன்னை - 600 037. ஃபோன் : 044-26631824



◆ Wanted bride upto 39 years for Tamil Iyer, Vadamal, Naidruvakasyapa, Ashwini, 1967, 170 cm, B.Sc., Electronics MBA, employed Mumbai Brahmin mixed parantage, acceptable. Contact : Flat 21, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411 020. Phone : 020-25818702, 9890001857  
vishuiyer@rediffmail.com

◆ Tanjore Iyer, Vadamal, Nitrakashyapa Gothram, Revathi, Jan '80/168cm, B.E. (CS)/Infosys, Hyderabad seeks fair, good-looking, educated, employed/unemployed home-loving girl from respectable family below 24 years. Contact : Mrs. Vasantha Ramanathan, Flat No. 205, Block 'A' B.N.R. Apartments, Upperpally, Hyderabad - 500 048. Phone No. 940-24012847

◆ P. Vasudevan, M.Com, LLB. Advocate works contracts Civil Tamil

Iyer Vadamal Gargya Rohini, Birth 21-05-1966 at Bhopal Madhya Pradesh Evening 6-10 PM Settled Bhopal fair, clean habits, 5.11', seeks bride good Sanskars. Subject no bar. Contact : T.S.Padmanabhan, Qr. No. 11/14 North T.T. Nagar, Bhopal - 3 PC 462 003 Cell : 94244 67368

### மனமகன் தேவை

◆ Iyer, Kashyapa, Bharani, 07.07.1980, 5.5, working as Senior Software Engineer girl in Multinational Company seeks teetotaler, professionally qualified India/Abroad groom. Contact : 98407 93529, (044) 43550250 email : may12\_1974@yahoo.com Box No. 20101

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Punarpoosam, 1980, MBA working



## திருமணம் மற்றும்

அறவத்து சுப காரியங்களுக்கும்

வேறாமங்கள், பூதஜகள், சிறந்த முறையில்

நடத்திக் கொடுக்கப்படும்.



விபரங்களுக்கு:

ஆதம்பாக்கம் S. மணிகண்டன் சாஸ்திரிகள்

S/o. துத்துக்குடி (கேட.) அம்பிவாத்தியார்

பேண்: 2253 1588 | சென்: 98403 88087



**ஜூலை 2008 மாத கிழமைகளான திருமண மகர் விளம்பரங்கள் எமது  
அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய காலகாலத்தே : 5.6.2008**

**Insulin dependent Type I good control healthy girl wants Iyer groom, healthy well cultured qualified settled Teetotaler. Subject no bar. Contact : 9442277946, 98412 61942 Box No. 20102**

◆ **Madhwa Kannada Sownaka, Rishabham, Krithika girl, M.Sc., B.Ed., 35, 163 cms, wheatish slim, homely seeks alliance from decent family, professionally well qualified Madhwa Kannada. Subject no bar. Reply with horoscope Bio-data. Box No. 20103**

◆ **Padma Velama Naidu girl, 24, Avittam, Sevvai Dosham, BE Infosys, Chennai, wanted BE/ MBA groom below 30 possessing house in Chennai. Contact : rvenkatesalu@gmail.com Box No. 20104**

◆ **Parents seek alliance for daughter Iyer/Makam/28/5.4', fair, smart, good-looking, BE, Business Analyst in reputed media firm in Los Angeles USA from individuals from same caste, 74-79 born, professionally qualified and preferably working in LA/ California area. Tamil Matrimony.com Id M1173323 Contact : (0) 9841579822/044-24811513 email : srlraghavendra2007@gmail.com Box No. 20105**

◆ **Iyer, Ashtasahasram, Shadamarshana, Revathi, 24/4.6', fair, BMS, PG & B.Ed., (Special Education) working in Mumbai as Special Educator in School for Autism Children, seeks well qualified grooms.**

**Subject no bar. 044-24511460, 022-26285577 Box No. 20106**

◆ **Tamil Iyer Gurukkal, Kashyham, Bharani October 1980, 150 cms, Fair, MCA, Software Engineer, MNC, seeks Professionally qualified Iyer groom MCA/BE/MBA preferred. Subject no bar. Reply with horoscope. Phone : 0416-2247929 Cell : 9944910711 Box No. 20107**

◆ **Iyer girl, Krithikal, 28, 10th, Hearing Impaired, Heart Surgery, Undergone, Child Birth Risky. Brahmin Boy with same Disability upto 35, willing to Relocate in Coimbatore with our Support. Ph : 0422-6535163. Box No. 20108**

◆ **Iyer girl, Bharadwajam, Brahacharanam, Avittam, B.Com., PGDBA, 1983, 165 cms, fair employed seeks professionally qualified well employed Boy upto 30 years. Contact : 011-2336 4719 jd.bala@yahoo.co.in Box No. 20109**

◆ **Tamil Iyer, Vadama, Kousigam, Makam, 155 cm, B.Tech., NIT Tiruchy working at Chennai seeks professionally qualified Vadamal Boy age between 26-29 preferably in Chennai/Bangalore with salary above Rs. 30,000/- Tamil Matrimonial No. M 1187260 Contact : 0431-2702815/ 94435 12363 Box No. 20110**

◆ **Iyer, Vadamal, Paurkutsa, Sadayam, 25/5.3', very fair, B.Com., MBA, employed Chennai Ford Ltd., 3.5 lac. p.a. seeks professionally qualified well salaried Boy. 044-2247 2445/ vijswam@rediffmail.com Box No. 20111**

◆ தபால் மூலம் விளம்பரம் அனுப்பும் விளம்பரதாரர்கள், தங்கள் பெயர், முகவரி, தொலைபேசி எண் மற்றும் விளம்பர வச்சுக்கொள் தெளிவாகப் புரியும்படி எழுதுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறோம்.  
◆ பெட்டி எண் விளம்பரங்களுக்கு வரும் கடிதங்கள், அடுத்தந்த பெட்டி எண் விளம்பரதாரர்களின் விலாசங்களுக்கு 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை வீதம், 3 தவணைகளில் அனுப்பப்படுகிறது. அவற்றிற்கு பதில் எழுதுவது/எழுதாமல் இருப்பது, அடுத்தந்த விளம்பரதாரரின் விருப்பமே. இதில் நாங்கள் தலையிட இயலாது.

◆ Iyer, Vadama, Srivatsa Gothram, Mrigasirisham, BE, MS 26/157 seeks MS/MBA/Ph.D., Boy working in United States. Send BHP or Contact : 044-24468846 Box No. 20113

◆ Iyer, Brahacharanam, Kapi Gothram, Ayilyam, 26.2.1983, 5', M.Com., ERNESA & IOUND International Bangalore.Rs.3,00,000/- per month girl seeks suitable groom. 033-24300618 Box No. 20114

◆ உப்ர நாயுடு, தெலுங்கம், கோவர்த்தன கிசி கோத்திரம், வயது 29, உயரம் 5.6', பெண்ணிற்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. ஃபோன் : 9884662434 திருமதி ருக்மணி, 48/10 18வது கிராஸ், இத்திரா நகர்.

சென்னை - 20.

◆ Tamil Viswakarma, Anusham, 24, 168 cm, wheatish good-looking girl, BABL Advocate, Practicing in Coimbatore combined Courts. Seeks below 29. Doctor, Advocate, Engineer, MBA. Contact : Biodata, Horoscope, photo. www.bharat matrimoney.com ID M1118015 www kmmatrimony.com ID No. 302036.anithalawyer@yahoo.com Ph : 0422-2252398 A. Krishnan, 13, Rice Mill Road, Kuniamuthur P.O., Coimbatore - 641 008



# காய்கனி ஐஸ் சிற்ப அலங்காரம்



எங்கெங்கு கூடுகின்றனார்கள்  
மெழிப்புக் கார்வின் ஐஸ் கார்வின் பழுவகை கார்வின்  
மெழிப்புக் கார்வின் பந்துப் பார்...



## SRI SAI CREATORS

(The professional Carving People)



திருமணம் • நேராட்டங்கள் • வெள்ளாடிகள் • கம்பெனி விழாக்கள்  
மற்றும் அனைத்து விசேஷங்களுக்கும் யாவரும் பாராட்டும் வண்ணம் கைதேர்ந்த  
முறையில் கார்வின் செய்து தருகிறோம்.



**We Undertake carving all Over India**

Head Office: # 28(Old # 48), 1st Floor, South Usman Road, T.Nagar, Chennai-17.  
Branch : #18, Srinivasa Nagar, Vayalur Main Road, (Near Sivam Complex) Puthur, Trichy - 17.

**For Bookings : 044 - 65697799, 98846 14599**



# வாகை அழகு

18 புள்ளி & வரிசை & முடிய  
(தேவியள்ளி)  
குளையாணி, மதுரை - 11.



7 புள்ளி 7 வரிசை சிவந்த முத்து  
சுந்தர சிவந்த முத்து  
புதி, மதுரை, திருச்செந்தூர் - 2.



க. பத்மாவதி காளையன்,  
பாபநாசம் - 614 205.



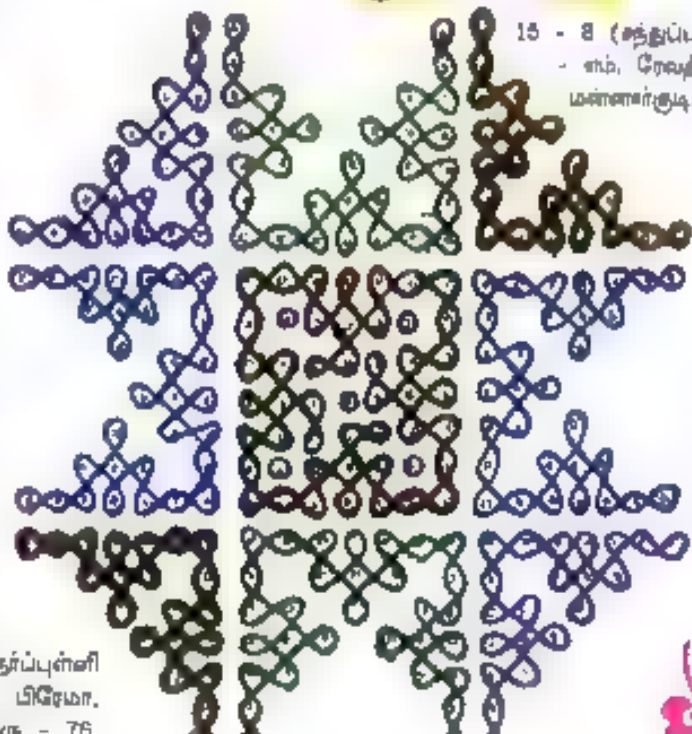
# வண்ணக் கோலங்கள்



19 - 1 (தேர்ப்புள்ளி)  
- எம். ஜே. பி. சுவாமிநாதன்  
தேர்ப்பு - 1.



செய்தி செய்தி  
செய்தி செய்தி



15 - 8 (தேர்ப்புள்ளி)  
- எம். ஜே. பி. சுவாமிநாதன்

21 தேர்ப்புள்ளி  
- ஆர். பி. சுவாமிநாதன்  
பெயர் - 76

**க**

ண் பார்வைக்கு

ஆன்மிகத்தில் தனித்த

ஒர் இடம் இருக்கிறது.

'நயன தீட்சை' என்ற சொற்

றொடரே புழக்கத்தில் உண்டு.

அண்ணலும் நோக்கி, அவளும்

நோக்கியதாக வரும் கம்பராமாயண

வரிகள் கூட ஜீவான்மாவக்கும் பரமான்

மாவக்கும் இடையே உள்ள வண்ணெடுங்

கால பந்தம், பார்வையால் புதுப்பிக்கப்

பட்டதைச் சொல்லும் பகுதிதானே.

தொடர்ந்து ஒருவரைப் பார்த்துக்

கொண்டே இருத்தாலும் சரி, ஒருவரால்

பார்க்கப்பட்டுக்கொண்டே இருந்தா

லும் சரி, அவரின் சாயவெவ்வாம்

இவரில் படிந்துவிடுகிறது. தந்தை

நாயின் முக ஜாடை குழந்தை

களுக்கு வருவது பிறவியில்

நேர்வதாக இருக்கலாம்.

ஆனால் பெற்றோரின்

பேகம்பாணியும் நடக்கும்

பாணியுமெவ்வாம் பிறவி

யில் வந்ததா, தொடர்ந்து



**முநீ**



**பக்தி**

வலிமைக்கும்

மீறார்த்தனை

வலிமைக்கும்

ஒருப

அன்பர்களின்

மானசிகக்

கோரிக்மைகள்

நிறைவேற்றும்.

**முநீ** அன்னைப்பின்

சூட்சும சக்தி

அமைந்

நிறைவேற்றி

வைக்கும்!

# அன்னை!

## ● திருப்பூர் கிருஷ்ணன்

பார்த்துப் பார்த்து ஏற்பட்ட மலப் பயிற்சியில் வந்ததா?

'எனக்கு என்ன துன்பம் வந்தாலும் சரி, அன்னை என்னைப் பார்த்துக்கொள்வாள்?' என்கிறார்கள் அடியவர்கள். பார்த்துக் கொள்வாள் என்பது கூட அவர் பார்வையில் மகிமை தானே? அன்னையின் பார்வை நம்மேல் விழுந்தால் நமக்கே தானாய் நம் வாழ்வைப் புற்றி ஒரு விசாலப் பார்வை தோன்றுகிறது. நான் எனது என்ற குறுகிய எண்ணங்கள் மறைந்து நாம் நமது என்ற பரந்த நினைவுகளைக் கண்டுபிடிக்கிறோம்.

மனிதகுலத்தில் நான் ஒரு துணுக்கு தான். மனிதகுலம் முழுதும் நங்கு வாழவேண்டும் என்றல்லவா நான் பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும்? அனைத்து ஜாதி மதம் மொழி போன்ற மாறுபாடுகளை உண்டாக்கிய முழு சமுதாயமும் நன்றாக வாழப் பிரார்த்தித்தால் அதன் ஒரு சிறு கண்ணியான நாடும் கூட்டாய் நன்றாக வாழவேண்டும் என்கிற உணர்வு கலப்பதில் தோன்றுமா? 'ஸர்வே ஜனா கிளினோ பவந்து' என்கிறது சம்பந்தமில்லாத. 'எல்லோரும் இன்புற்று இருக்க நினைப்பதுவே அல்லாமல் வேறொன்று அறியேன் பராபரமே' என்கிறது தாயுமானார் தமிழ். அந்த எண்ணத்தை எல்லோரிடமும் தோற்றுவிக்க வேண்டும் என்பது தானே அன்னையின் வட்சியம்?

இன்றும் அன்னையின்

திருவருவப் படத்தை உற்றுப் பார்த்து தியானத்தில் ஆழ்பவர்கள் அந்த அருட்பார்வை மெல்ல மெல்ல விஸ்வரூபமெடுத்துத் தங்களை ஆட்கொள்வதை அனுபவிப்பார்கள். அன்னையில் படம் அறையில் எங்கு மாட்டியிருந்தாலும் அந்தப் படத்தை அறையில் எங்கே நின்று நாம் பார்த்தாலும், அன்னை அந்தப் படத்திலிருந்து நம்மையே பார்ப்பதுபோல தோன்றும் உணர்வையும் அவர்கள் அனுபவிப்பார்கள். தம் பார்வையால் உலகை ரட்சித்துக்கொண்டிருக்கும் தெய்வமல்லவா முடி-அன்னை!

அந்தத் தெய்வம் மனித வாடிவெடுத்து மண்ணில் ஸ்தல உருவோடு வாழ்ந்த காலம் அது. அதிகாரை ஆறு மணிக்குக் கடவுள் பால்கலிக்கு வந்து தங்களைப் பார்ப்பார் என்றால் அவரைத் தரிசிக்க



**எல்லாத் தடையும் விலகவும் நம் முன்னேற்றம் சிந்தனையும் விரைவாக நீகலவும் அச்சங்கள் அனைத்தும் நீங்கவும் துணிச்சல் தோன்றவும் ஏழ்மை நீங்கவும் எவள்ளை தோஷாவை அனைத்துச் சம்பந்தித்து வழிபடலாம்!**



யிப்ரா அல்-பேன்சா என்ற குழந்தையாக பாரீசில் பிறந்தவர், பாரீசின் அழகிய நாகரிக உலகின் வளம் வந்தவர், சிந்துகள் தெரிந்துகொள்ளும் மாணாப் பருவம், ஐடிபா குழு அமைத்து ஆன்மிக விசனம் நடத்திய மாதாசி, ரிரெஞ்சு மெளஜிபெயர்ஸில் கிணதயம் உபநிததும் படித்த அனூபவம், கணவில் தோன்றிய தெய்விக மனிதரைச் சந்திக்கும் ஆவலில் கழிந்த நாட்கள், ஜப்பானின் அழகிய மலர்க்கலை பரிதும் மரணவி, மனம் விரும்பிய ஆன்மிகப் பணிக்கு ஸ்ரீஅரவிந்தரை வந்தடைதல் என யிப்ரா அல்-பேன்சாவின் வியத்தகு விந்நையிரு வாழ்க்கைப் பயணம் பாண்டிச்சேரியில் பகவான் ஸ்ரீ அரவிந்தரின் மகா சமாதிக்குப் பிறகு பூர்ப்பெய்விடன், பூது மெருகுடன், பூத்தெழுச்சியுடன், பூதுணர்ச்சியுடன், மனிதனை தேவமனிதனாகத் திருவுருமாற்றம் செய்யும் சமதனைக்குத் தன்னை ஆட்படுத்திக்கொண்ட அற்புதமான எக்காலையத் தொட்டது.

[துணைகள் அழகிய 'ஸ்ரீ அன்னை ஒரு மகாசக்தி' என்ற நூலிலிருந்து]

யாருக்குத்தான் ஆவல் பிறக்காது? ஏராள மாண அடியவர்கள் பால்கனி முன் கூடி யிருப்பார்கள். ஆறு மணி தெருங்க நெருங்க அவர்கள் அந்த ஆனந்த தரிசனத் துக்குத் தயாராகத் தவித்தவாறு நிற்பார்கள். தெய்விக அன்னை, பொற்கடராய் பால் கனிக்கு வருவார். சிமே தன்னதை தரிசிக்கக் கூடியுள்ள அன்பர்களைக் கனிவு பொங்கப் பார்ப்பார்.

அது சாதாரண மானிடப் பாரீவை அவ்வ. எவ்வோரையும் சமமாகப் பார்க்கும் உயரிய ஆன்மிகப் பாரீவை. ஏற்றத் தாழ்வுகளற்ற பாரீவை. ஒவ்வொருவருக்கும் அன்னை தங்கனையே பார்ப்பது போல் தோன்றும். எப்படி அவ்விதம் ஒரு பொதுப் பாரீவையில் தனிப்பாரீவைவை அவரால் மேற்கொள்ள முடிந்தது என்பது யாருக்கும் விடை தெரிவாத தெய்விக ரகசியம். மானிடர்களால் முடியாததெவ் வாம் அன்னைபால் முடியும் என்ற எளிய விளக்கத்தைத் தவிர இதற்கெல்லாம் வேறு விளக்கமெதுவும் இல்லை. அடியவர் தன் னையே, தன்னை மட்டுமே அன்னை பார்ப்பதாக உணர்வார். தன் மன மாகக் கள் எல்லாம் களையப்படுவதாகவும் உணர் வார். மனத்துக்கண் மாசிலன் ஆதல்தானே ஆரவாரமற்ற உயர்ந்த ஆன்மிக தெறி?

பக்தி வலிமைக்கும் பிரார்த்தனை வலி

மைக்கும் ஏற்ப அன்பர்களின் மாணசிகக் கோரிக்கைகள் நிறைவேறும். ஸ்ரீ அன்னை வின் குட்கம சக்தி. அதை நிறைவேற்றி வைக்கும். இன்றும் ஸ்ரீ அன்னைபால் பிரார்த்திப்பவர்கள் தங்கள் வாழ்வில் அன்னைவின் அருட்சக்தி தோன்றத் துணையாய் செயல்படுவதைப் பார்க்கத் தானே செய்கிறார்கள் இந்த அபூர்வமான பால்கனி தரிசனம் சுமார் 30 ஆண்டு தொடர்ந்து தான்தோறும் நடைபெற்றது.

உயர்மன சக்தியைப் புலியில் இரவல் செய்து மனிதனை அடுக்க பரிணாம நிலைக்கு அழைத்துச் சென்று அதிபனிக னாக்க வேண்டும் என உழைத்த ஸ்ரீ அரவிந் தரின் உடல். தளர்ச்சி அடைந்தது. தம் வட்சியத்தை நிறைவேற்றும் பொறுப்பை ஸ்ரீ அன்னைவிடம் ஒப்படைத்த அவர், 1950 டிசம்பர் 5-ஆம் தேதி அதிகாலை, எக்தி அடைந்தார். III மணி தேரம், அந்த உடல் வடாமல் அப்படியே இருந்தது காண்டு மருத்துவ உலகம் அதிசயித்தது. அந்த உடலைச் சுற்றிப் பரவியிருந்த பொன் னெண்ணெய் பார்த்துப் பார்த்து அன்பிகள் வியத்தார்கள். ஸ்ரீ அன்னை, தனக்கு அரவிந்தரிடமிருந்து மாணசிக உத்தரவு கிடைத்ததும் ஸ்ரீஅரவிந்தரின் பொன்னு டனை அடக்கம் செய்வ உத்தரவிட்டார்.





அன்பு  
அன்பு

மத, மொழி பேதங்களை மறந்து ஆன்மிகத்தால் ஒன்றுபட்டு வாழ வேண்டும் என அவர் உள்ளம் களவு கண்டது. அதன்பொருட்டு ஆரோயில் என்ற மிகப் பெரிய நகர மொன்றை நிறுவும் பணியில் அன்னை ஈடுபட்டார்.

உலகின் பற்பல பகுதிகளிலிருந்து எடுத்துவந்த மண்ணையெல்லாம் ஒரிடத்தில் இட்டு, அந்த நகர நிர்மாணத்தை அன்னை தொடங்கி வைத்தார். புதுச்சேரியிலிருந்து 13 கி.மீ. தொலைவில் 11,000 ஏக்கர் நிலப்பரப்புடையதாய் அந்த நகரம் அமையத் தொடங்கியது. ஐந்தி, சமய வேற்றுமைகளுக்கு அப்பாற்பட்ட வகையில் வேற்றுமையில் ஒற்றுமை காணும் விதத்தில் அந்தநகரம் சர்வதேச நகரமாய்த் திகழலாயிற்று.

அன்னையின் மகிமை உணர்ந்து ஏராளமான பேர் அன்னையைத் தேடிவரலாயினர். பகவத் தீரையில் தோய்ந்து அந்த தெரிப்படியே வாழ்ந்த ஆசார்ய வினோபாபாவே அரவிந்த ஆசிரமத்துக்கு வருகை தந்தார். (காந்திஜி, 'என் ஆசிரமத்துக்கு எல்லோரும் ஆதி பெற வருகிறார்கள். ஆனால் வினோபா ஆசி நர வருகிறார்' என்றல்லவா வினோபா பற்றிக் குறிப்பிட்டார்) இன்னும் அன்னையின் பெருமை உணர்ந்து ஆசிரமத்துக்கு வந்தவர்களின் தீரே, இந்திரா காந்தி, ராஜேந்திரபிரசாத், காங்கிரஸ், மாவ்பகதூர், காமராஜர் (மாவற்ற பவர் அடங்குவர், அன்னை புகழ் வெளி நாடுகளிலும் வெகுவாகப்) பரவத் தொடங்கியது.

ஸ்ரீ அன்னைக்கு 90 வயதாகியது. அன்னைக்கு வரது உண்டா என்ன? அவர் காலத்தைக் கடந்தவர் அல்லவா? ஆனால் உடல் அதன் மாறுபாடுகளைக் காட்டித் தானே காட்டும்! படித்த படுக்கையிலேயே அன்னை இருக்க நேர்ந்தது. அவரது செவிப் புலன் பழுதுபட்டது. பார்வையிலும் குறைபாடு தோன்றியது. ஆனாலும் அவரது

ஆசிரம முற்றத்தில் உள்ள சரீரில் மரத்தில் அடியில் அவருக்குச் சமாதி எழுப்பப் பட்டது.

அரவிந்தர் ஸித்தி அடைந்துவிட்டாரோ இனி அன்னை பிராணகக்குப் போய் விடுவாரோ என்று சிலர் ஐயம் கொண்டார்கள். ஆனால் அன்னை, தம் தாய்நாடாக இந்தியாவை அவ்வாற நத்தெடுத்துக் கொண்டிருக்கிறார்! அவர் இந்தியாவிலேயே தங்கி விட்டார். உலகின் பூஜையறை பாரதம் என்று விவேகானந்தர் சொன்னது உண்மையானால், அன்னை என்னும் தெய்வம் இருக்க வேண்டியது இந்தப் பூஜையறை யில்தானோ?

ஆசிரமம் அன்னையின் மேற்பார்வை யில் விருவிருவென வளர்ந்தது. ஸ்ரீ அரவிந்தர் ஸித்தி நாளில் நாடுநூறவிய மாநாடுகள் தடைபெறலாயின. அன்னை செவ்வாயும் ஆன்மிக ஆய்வு தொடர்பான கருத்தோட்டங்கள் எங்கும் பரவத் தொடங்கின. பொன்னுடல் நீந்த அரவிந்தர் புகழ்மடம் பால் உலகெங்கும் வியாபகம் கொண்டார்.

பய்வேறு நாட்டினர் ஒருங்கிணைந்து ஆசிரமத்தில் வாழலாயினர். மாநிதிக் சமூகம் ஒன்றை நிர்மாணிக்க அன்னை விரும்பினார். எல்லா நாட்டவரும் இன,



**யுகத்தோறும் அவதரிக்கும்  
தெய்வ சக்தி, கலியுகத்தில்  
அன்னையாய் அவதரித்து  
தன் வாழ்க்கை என்ற  
நாடகத்தைத் தாள்  
விரும்பியவாறு நடத்தி  
முடித்துக் கொண்டது!**

வின் அருளாட்சி இப்போது  
உலகெங்கும் ஒங்கி வருவதை  
அன்னை அடியவர்கள் ஒய்  
வொரு கணமும் உணர்வின்ற  
னர்.

அன்பர்களின் தரிசனத்துக்  
காக அன்னையின் பொன்னுடல்  
2 நாட்கள் வைக்கப்பட்டிருந்

விழிகளை உற்றுநோக்கியவர்கள், அந்த  
விழிகளிலிருந்து ஒரு தெய்விக ஒளி கூடர்  
விட்டுப் பிரகாசிப்பதை உணர்ந்து திடுக்கி  
னர். தியானத்தையே வாழ்வாகக் கொண்ட  
அன்னையின் கண்கள் பிரகாசிப்பதில்  
என்ன ஆச்சரியம்?

மெள்ள, மெள்ள அன்னையில் உடல்  
மேலும் மேலும் தளரலாயிற்று. இதய  
வலி, ரத்த அழுத்தக்குறைவு போன்ற  
உபாதைகள் தோன்றின. 1973 நவம்பர் 17.  
அன்னையில் உடல் பெரிதும் தலிந்தது.  
படுக்கையிலிருந்து அவரால் எழ இயல  
வில்லை. தொடர்ந்து லிசுக்ஸ் வந்து  
கொண்டே இருந்தது. அன்னையில் உடல்  
இருந்த அடியவரான சாதகர் சம்பக்லால்  
நாடி பிடித்துப் பார்த்தார். நாடி விழுந்து  
கொண்டிருந்தது. தம் 30ஆம் வயதில்,  
அன்னை தம் ஆன்மாவைத் தாங்க இயலாத  
பொன்னுடலை உகுக்க முடிவு செய்தார்.  
இரவு 7.30க்கு அவர் ஆன்மா உலகெங்கும்  
நிறைந்தது.

உடல் கூட்டில் நிறைப்பட்டிருந்தால்  
தேடி வந்தவர்களுக்குத்தான் உதவ இய  
லும். அதிலிருந்து விடுதலை பெற்றுவிட்  
டால் எங்கும் தோன்றாத துணையாக  
இருந்து, யார் அழைத்தாலும் அங்கு அவர்  
களுக்கு உதவ இயலும் என அன்னை  
முடிவுசெய்திருக்க வேண்டும். அன்னை

கது. பின் நவம்பர் 30 காலை 8 மணிக்கு  
தெய்விக சக்தி இறங்கிப் பணிபுரிந்த  
அந்தப் பொன்னுடல் ரோஸ்வுட்டாம்  
செய்க பெட்டியில் பத்திரமாக வைக்கப்  
பட்டது. எட்டு கூகர்கள் பெட்டி வாய்  
பூப்போலத் தூக்கிச் சென்றார்கள். டூர்  
அரவிந்தர் சமூக இருக்கும் சர்வீஸ் மாக்  
சில் கீழேயே அன்னை நல்லாடக்கம்  
செய்யப்பட்டார்.

தெய்விக சக்தியை மண்ணில் இருந்து  
வந்தவையே டாடிரிமாய்க் கொண்டு வாழ்க்கை  
அன்னை கெய்வமாகவே மாறினார். 24  
மத்தை சிவலதிறுத்துவதற்காக யுகந்  
தோறும் யுகத்தோறும் அவதரிக்கும் தெய்வ  
சக்தி, கலியுகத்தில் அன்னையாய் அபு  
கரித்துடன் வாழ்க்கை என்ற நாடகத்தைத்  
தான் விரும்பியவாறு நடத்தி முடித்துக்  
கொண்டது. ஸ்ரீ அன்னையின் தூய தெய்  
விகக் கிருப்பாதங்களில் அடியவர்கள்  
தஞ்சம் புகுகிறார்கள். ஸ்ரீ அன்னையின்  
புகைப்படத்திலிருந்து கடர்லீகம் அந்த  
அருள்பார்வையின் மோன ஆட்சியில் மன  
அமைதி காண்கிறார்கள். இன்றும் காந்தம்  
வழிபடும் அடியவர்கள் வேண்டிய  
அனைத்தையும் வழங்குகிறார் ஸ்ரீ  
அன்னை. அவரது அருட்சக்தி உலகைப்  
பாதுகாத்து வருகிறது.

(நிறைந்தது)

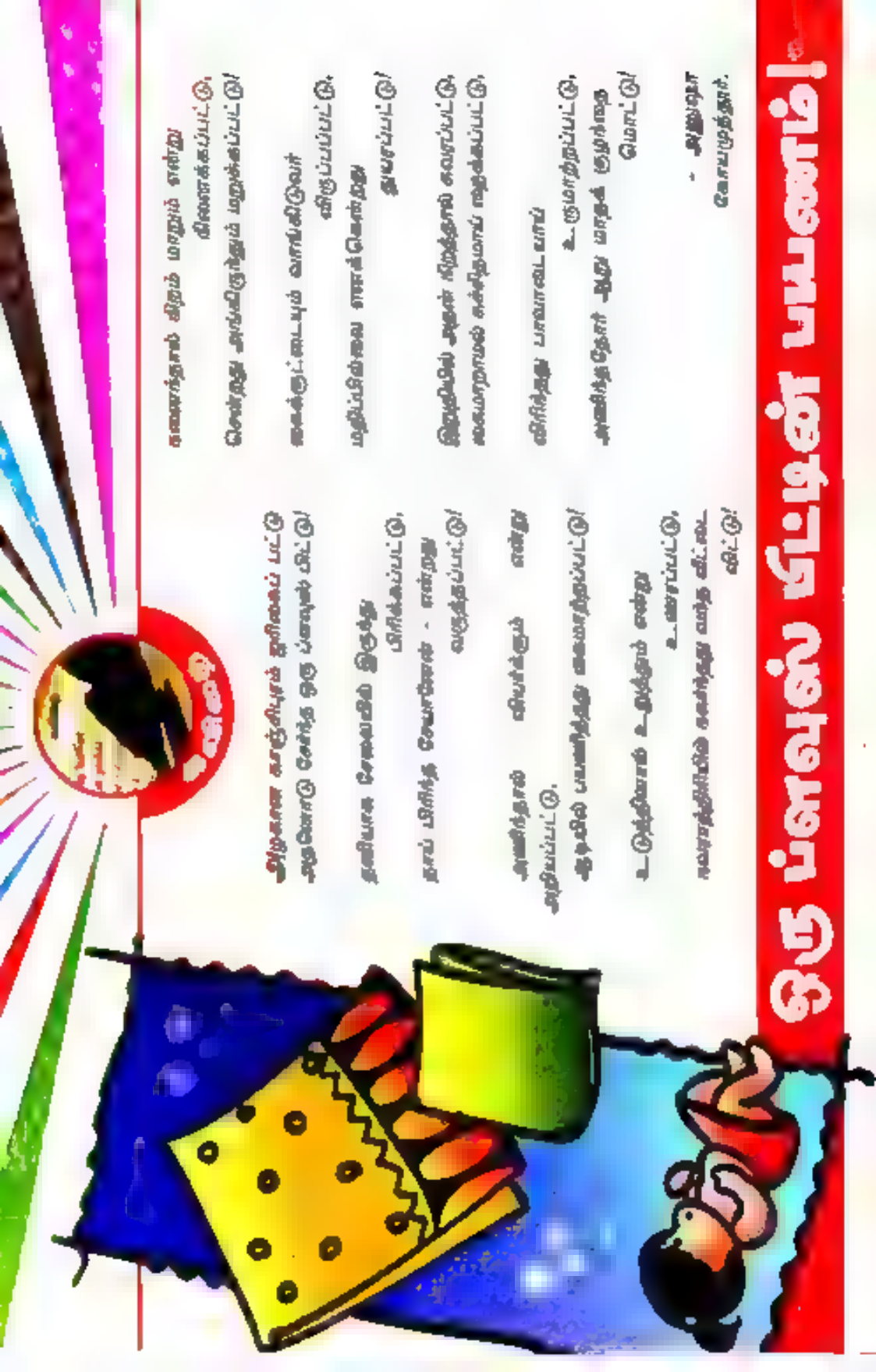


**உங்கள் பிரார்த்தனைகள் அனைத்தும்  
உடனே பரிசுக் ஸ்ரீஅன்னை அடிகளிடம்  
நேரடி ஆலோசனை பெறலாம்.  
செல் : 98414 25456**



**ஸ்ரீ அரவிந்தர் அன்னை தியான மையம்**

89, ஆரிய கெனபா ரோடு, (அமேரத்தியூஸ் மண்டபம் அருகில்)  
மேற்கு மாம்பலம், சென்னை - 33. Email themothersblessing@gmail.com



அழகான காஞ்சிபுரம் ஜூலைப் பட்டு  
அழகான செந்திர ஒடு பூங்கா வந்து

தனியாக செல்லவில்லை இரண்டு  
மிகவும் பிடிக்கப்பட்டு,

தாய் பிடித்த சேவாளன் - என்னை  
வருத்தப்பட்டு!

அணிந்தால் விபத்தும் என்ன  
அழிவப்பட்டு.

ஆகிய பணியினை கையாற்றப்பட்டு!

உடுத்தினால் உறுத்தும் என்ன  
உணரப்பட்டு.

கவனத்தினை கைத்தடி வந்த விட்ட  
விட்டு!

கவனத்தால் கிறம் மாறும் என்று  
விண்ணாக்கப்பட்டு.

சென்றது அங்கிருந்தும் மறுக்கப்பட்டு!

கைக்குட்டையும் வாய்க்கிடுவர்  
கிறப்பப்பட்டு.

மழிப்பின்மை எங்கென்றது  
துயரப்பட்டு!

இறப்பில் அழை நிறத்தால் கவரப்பட்டு.

கவனத்தால் கைத்தடி மறுக்கப்பட்டு.

கிறித்தவ பாவாடை உடைய  
உருமாற்றப்பட்டு.

அணிந்ததோர் ஆறு மாதக் குழந்தை  
மொட்டு!

- அனுமோ  
கோபமுத்தரர்.

ஒரு பள்ளவன் பிடிதன் பயணம்!



தெயிளி கணைகளை  
எல்லோருமே 'காதல்  
மன்னன்' என்று சொல்வார்  
கள். சுருள் சுருளான தனவமுடி,  
யோகா, உடற்பயிற்சி செய்த  
கட்டான உடம்பு, அந்தக் காலத்திலேயே  
பி.ஏ. படித்தவர், மிக அழகாக ஆங்கிலம்

'கய்யாணப் பர்க  
மயத்தில், தெயிளி கணைகள்  
பெரிய ஹீரோ! நானும் விஜய  
குமாரியும் ரொம்பப் புதுசு  
டைரக்டர் ஸ்ரீதர் வாருக்கும் அதுதான்  
முதல் படம், அதனால் மதியம் இரண்டு



# தொட்டால் நு

பேசுவார். நகைச்சுவையான பேச்சு,  
ஸூப்பீர்டான், அன்பு குழையும் பார்வை...  
இதெல்லாம் இருந்தால் எந்தப் பெண்தான்  
மயங்க மாட்டாள்? நீங்களே சொல்லுங்க...  
அவர் மறுத்தாலும், தவிர்க்க நினைத்தா  
லும், பல பெண்கள் அவனையே சுற்றிச்  
சுற்றி வந்ததை நான் பார்த்திருக்கிறேன்.

மணிக்கு படப்பிடிப்பு  
என்றால், நானும் விஜய  
குமாரியும் மேக்-அப் போட்டுக் கொண்டு  
ஒரு மணிக்கே ஆஜராகி விடுவோம்.  
ஸ்டூடியோ சீப்ஸோர் முன்னால், நாற்காலி  
கள் போட்டுக் கொண்டு, பேசிக் கொண்  
டிகுப்போம்.



ஜெமினி கணேசன் சீரியட் காரை  
தானே ஒட்டிக் கொண்டு வருவார். நாள்  
காலியைத் திருப்பிப் போட்டுக் கொண்டு,  
எதிரும் புதிருமாக அமர்ந்து, ஜோக்  
அடித்துக் கொண்டேயிருப்பார். கடவே  
தங்கவேலு அண்ணாச்சியும் இருப்பார்.



வெடிச் சிரிப்புக்குக் கேட்  
கண்ணுமா? ரொம்ப ஜாலியாக இருக்  
கும்.

என்னதான் சிரித்துப் பேசினாலும்,  
என்னுடைய கவனம் எல்லாம் மனப்  
பாடம் செய்து உயலாக்கியே இருக்கும்.  
இப்போது உள்ளது போல, டப்பிங் வசதி  
எல்லாம் கிடையாது. ஆன் தி ஸ்பாட்  
ரெக்கார்டிங். ஏதாவது ரீடேக் ஆவால்,  
நெர்வஸ் ஆகிவிடுவோம்.

நூறு அடி ஷாட்ஸ், பக்கம் பக்கமா  
உயலாக் எல்லாம் இருக்கும். தலைக்கு  
மேலே ஹைக் வெச்சிருப்பாங்க. வசனத்  
தில் கவனம் இருக்கறதும், அசைவுகளும்  
ஒத்துப் போகறதும், கொஞ்சம் கவனக்  
குறைவு ஏற்பட்டாலும்தான் எல்லோருக்குமே  
கஷ்டமாயிடும். அதனால்தான், நான் வசனத்  
தைப் பற்றியும், காட்சி அமைப்பும்  
பற்றியும் நினைத்துக் கொண்டிருப்பேன்.

'ஆடிப்பெருக்கு' படத்தில், 'தனிமை  
விலே இனிமை காண முடியுமா?'  
முழுப் பாடலும், ஒரே ஷாட்டில் எதிர்  
கப்பட்டது என்றால் நம்புவீங்களா  
இயக்குநர் கே. சங்கர், எங்களுக்கு அவ்  
வளவு ஒத்திகை நடத்தினார். நாங்களும்  
சிரத்தையுடன் நடித்தோம்.

'கல்யாணப் பரிக்' படத்தில் விஜய  
குமாரிக்கு, எஸ்.என். சூருடன் திருமண  
மாகியிருந்தது. எங்களுக்குள் நல்ல  
தொரு நட்பு அலை ஏற்பட்டிருந்தது.  
என்ன 'சரோ' என்று விஜயகுமாரியும்,  
அவளை 'விஜி' என்று நானும் அழைத்துக்  
கொள்வோம்.

'கல்யாணப் பரிக்' படத்தில் எனக்கு  
மிகவும் எமோஷனலான கேரக்டர்.  
புதுமுகமான நான் அதில் நன்றாக  
நடித்து, பேர் வாங்க வேண்டும் என்ற  
ஆசைக்கும் ஜெமினிக்கு நிறையவே  
இருந்ததாம். "இப்படிப் பேசு; அப்படி  
நடி" என்றெல்லாம் ஆர்வத்துடன் சொன்  
லிக் கொடுப்பார். எனக்குச் சொல்லிக்



ந்த இதுமுக்கான செய்திக்காக  
பி. சரோஜாதேவியிடம் பேச  
யத்தளித்தபோது, "எனரி..

மேடமுக்கு உடம்பு சரியில்லை.  
ஆப்ரேஷன் ஆகி இப்பத்தான் வீட்டுக்கு  
வந்திருக்காங்க. ஒரு வாரம் கழிச்சப்  
பேசுங்க" என்றார் அவரது உதவியாளர்.

ஆனால் அடுத்த பத்தாவது  
நிமிடமே, தும்பைத் தொண்டிப்பெய்சியில்  
தொடர்பு கொண்டார் பி. சரோஜாதேவி.

"கொஞ்ச தூளா இடுப்புலயிர் ஒரு  
வாரத்துக்கு முன்னால்தான்  
சென்னையில் இருக்குற மியட்  
ஹாஸ்பிடல்ல ஆப்ரேஷன் நடத்தது..."  
என்றார் பலவீனமான குரலில்.

"பரவாயில்லை... நீங்க ஒய்வு  
எடுத்துக்குங்கம்மா!" என்று சொல்லியும்  
அவர் கேட்கவில்லை.

கொடுத்துவிட்டு, பிறகு ஸ்ரீதர் 'ஸ்டார்ட்  
கேமிரா' சொன்னதும், தன்னுடைய  
டயலாக்களை மறத்து விட்டு நிற்பார்.

உடனே எவ்ளோரும் 'கொல்' என்று  
சிரித்து விடுவோம்.

"அதெவ்வளும் அவங்க நடிப்பாங்க!  
உங்க வசனத்தை ஒழுங்கா பேசுங்க  
கணேஷ்!" என்பார் ஸ்ரீதர் சார் சிரித்துக்

"கமிட் பண்ணிட்டேன், என்னால  
எந்தத் தொத்தாவும் இருக்கக் கூடாது"  
என்று பேசத் தொடங்கிவிட்டார்.

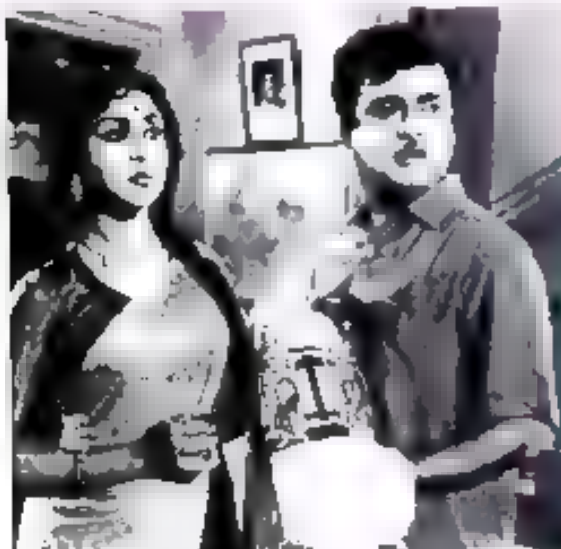
"பறக்கும் பாவை" படத்தில்  
சாகஸு வட்சியின் போது ஏற்பட்ட  
விபத்தில், நான் உயர்த்திலிருந்து  
விழுத்து விட்டேன். அப்போது எனக்கு  
இடுமயில் அடிபட்டுவிட்டது. 'ரூப்'  
போட்டுக் கொள்ளலாம் என்று இயக்குநர்  
சொன்னார். 'ரூபுக்கு மட்டும்  
அடிபடாதா? அவளும் மறுபடிதானே?'  
என்று பிடிவாதமாக நானே தடித்தேன்.  
விபத்து ஏற்பட்ட மறுநாளே, தும்பைக்கு  
ஷுட்டிடிவருக்குப் போய் விட்டேன்.  
ஏதோ டைலம் தேய்த்துக்  
கொண்டதோடு சரி அப்ப 'ஒவர் ஓர்க்'  
செய்ததன் விளைவு, இப்போது  
தெரிகிறது. நமக்கு சோறு போடும்

கொண்டே!

இப்படிச் சிரிப்பும் ஊட்டியுமாக  
இருக்கும் எங்களை, மறுபடி களையில்  
முடிக்குக் கொண்டு வந்து, அற்புதமாக  
தடிக்க வைத்து விடுவார் ஸ்ரீதர் சார்...  
ஒவ்வொரு சீயீரேழும் காவியம் போல  
வும், ஒவ்வொரு காட்சியமைப்பும் ஒலியம்  
போலவும் எடுப்பார். அவரது இயக்கத்தில்  
தடித்தது எனக்கு இன்றளவும் மறக்க  
முடியாத அனுபவம்.

சில நேரம் மாலைப் பொழுது  
தாண்டியும் படப்பிடிப்புகள் நடக்  
கும். அப்போது, நடிக்க சாவித்ரி  
ஸ்டுடியோவுக்கு வந்து விடுவார்.  
சாவித்ரி அப்போதே பெரிப  
சூட்டிட்ட. தன்னுடைய முதல்  
குழந்தையான விஜயசாமுண்டஸ்வரி  
வைக் கர்ப்பத்தில் சுமந்து கொள்  
டிருந்தார். அவர் வந்ததும், தயாரிப்  
பானர் மற்றும் ஏனையோர் சூழ்ந்து  
கொண்டு பேசிக் கொண்டிருப்  
பார்கள். நான் ஷாட்டில் இருப்பேன்.

விஜயகுமாரிவைத் திரும்பும்



தயாரிப்பாளர்களுக்கு நம்மால் நஷ்டம் வந்து விடக் கூடாது என்று கலைஞர்கள் ஒடி ஒடி உழைத்த காலம் அது. வயதுக்கு மீறிய உடல் உழைப்பு. அது இப்ப வேலையைக் காட்டுது" என்றவர் தொடர்ந்தார்.

"இந்த இடுப்பு

வலி, கால் வலி

எல்லாம் போன

ஜென்மத்து கர்மம்..

ஆனால் நான் இந்த ஜென்மத்தில் செய்த புண்ணியத்தால், அப்போஷன் வெற்றி ஆகியிருக்கு. நானும் சீக்கிரம் பூரண குணமடைந்து விடுவேன் என்று நம்புகிறேன்" என்றவர் தமிழக முதலமைச்சர் கலைஞருக்கு மிகவும்



## கலைஞருக்கு நன்றி!

நன்றி தெரிவித்தார்.

"நான் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டதும், உடனே ஸஸனுக்கு வந்து விட்டார். எவ்வளவு பெரிய மனிதர்! எத்தனை பெரிய பதவியில் இருப்பவர்? பிஸிமேனி எனக்கு ஆறுதல் வார்த்தைகள் சொல்லி, ஸதரியமூட்டியது மில்லாமல், நான்

சௌகரியமாக பெங்களூர்

திரும்புவதற்கும் உடனடிமுக

வற்பாடுகள் செய்து கொடுத்தார்.

அந்தக் கருணை உள்ளத்துக்கு நன்றி!" என்று நெகிழ்ந்தார் பி. ஈரேஜாதேவி.

செய்து கொன்னச் சொல்லி, ஜெமினி கணேசனை நான் வற்புறுத்தும் காட்சியில் வசனமும் நீண்டு கொண்டே போகும். நடிப்பும் சவாலாக இருக்கும். நடிக்கையர் திலகம் நம்மைக் கவனிக்கிறாரோ என்று நான் நெர்வஸாகி, 'டேக்'கில் சொதப்பி விடக் கூடாதே என்ற நல்வெண்ணத்தில் ஜெமினி கணேசன் ஒரு காரியம் செய்வார்.

"சாவித்ரி... வா... நாம் ப வாக் போக வாம்!" என்று மனைவியை அழைத்துக் கொண்டு போவார் ஜெமினி. அப்படி யொரு அன்டர்ஸ்டான்டிங் பர்ஸன் அவர்! என்னுடைய நலம் விரும்பி!

ஏக்கர் கணக்கில் பரந்து விரிந்திருந்த விஜயா - வாழினி ஸ்டூடியோவில் பூங்காக்களுக்கும் பசும்புல் தரைகளுக்கும் பந்தமா என்ன? இரவு நேர குளிர்க்காற்றில், ஜெமினியும் சாவித்ரியும் ஜோடியாக வாக்கிங் போன காட்சி அவ்வளவு ரம்ம மாக இருந்தது.

ஜெமினி கணேசனுக்கு, தமது குடும் பத்தினர் மீது, மிகப் பெரிய அன்பும்

பரிவும் இருந்தது. குறிப்பாக, தன்னுடைய தாயார் மீது மரியாதை கலந்த பாசம் வைத் திருந்தார். அவருடைய பெண்களுக்கு, விடு முறை சமயமாக இருந்தால், குடும்பத் தோடு ஷரட்டிங் ஸ்பாட்டுக்கு ஆஜராகி விடுவார். அவரது மகன்களான கமலா (கமலா செல்வராஜ், இன்றைக்கு மிகப் பிரபல மகப்பேறு மருத்துவர்) ரேவதி (இன்றைக்கு ரேவதி ஸ்வாமிநாதன்) எல்லோருமே என்னுடைய நெருங்கிய தோழிகள் ஆனதும் அந்த மாதிரியான சமயங்களில்தான்!

ஒருமுறை 'எல்லோரும் இத்தாட்டு மன்னர்கள்' படப்பிடிப்பு ஊட்டியில் நடந்தது. ஜூபிடர் பிக்சர்ஸ் திறுவனத் தயாரிப்பில், கலைஞர் வசனத்தில் வெளி வந்த படம் அது! படப்பிடிப்பு முடிந்து 'பேக்கப்' ஆனதும், வேலையில்லாமல் போரடித்து உட்கார்ந்திருந்தோம்.

திடீரென்று ஊட்டியின் பிரதான ஏரியில், படகு சவாரி போக முடிவு செய்து, கமலா, ரேவதி என்னை இழுத்துக் கொண்டு போய் விட்டார்கள். எங்களுடன்

ஜெமினியின் மனைவி பாப்ஜியும், தாயாரும் வந்திருந்தார்கள். யாருக்குமே நீச்சல் தெரியாது. இருந்தாலும் ஓர் அசட்டுத் துணிச்சலில் துடுப்பை வலித்துக் கொண்டு, படகில் கிளம்பி விட்டோம். அப்போது நடந்த நிகழ்ச்சி... ஜெம்மத்துக்கும் மறக்க முடியாததாகி விட்டது.



படகு ஏரியின் நடுவில் போய்க் கொண்டிருந்தபோது, ரசிகர்களுக்கு என்னை அடையாளம் தெரிந்துவிட்டது. எங்களை நெருக்கத்தில் பார்க்கும் ஆவலில், படகுவில் ஏறிக்கொண்டு எங்கள் அருகே வரத் துவங்கினார்கள். மத்தியில் எங்கள் படகு மாட்டிக் கொண்டது. சுற்றிலும் மாணவர்கள், ரசிகர்கள்! யாரோ ஒரு ரசிகர், எங்கள் படகு மீது தண்ணீர் வாரி இறைக்கவே, கமலா கோபத்தில் தானும் தண்ணீரை வாரி ரசிகர்களின் மீது வீசினாள். அவ்வளவுதான்! மாணவர்களுக்கு வந்ததே ஆத்திரம்... எங்கள் படகைச் சுற்றி வளைத்துக் கொண்டு, நீரை அள்ளி அள்ளி எங்கள் மீது போட ஆரம்பித்து விட்டனர்.

படகு பயங்கரமாக ஆட, நாங்கல் பதற்றத்தில் கத்திக் கூச்சலிட்டோம். தெய்வானைமாக, போலீஸ் வந்து, ரசிகர்

களைக் கலைத்தது... எங்களை மீட்டு, தாஸப்பிரகாஷ் ஹோட்டலுக்கு பத்திரமாகக் கொண்டு வந்து விட்டனர்.

எங்கம்மாவுக்கு விஷயம் தெரிந்ததும், எனக்கு செம டோஸ் விழுந்தது. நான் வாயே திறக்கலை.

"நீ ஒரு பெரிய ஸ்டார். உன் உயிருக்கு ஆபத்தாயிருந்தா... எத்தனை தயாரிப்பாளர்

களுக்கு கஷ்டம்னு தெரியுமா?" என்று வாங்கு வாங்கு என்று வாங்க, அப்போது ஜெமினிகணேசன் உள்ளே வந்து என் தாயாரை சபா தாஸப்படுத்தவில்லை என்றால், என் நினைவை ரொம்பவே கஷ்டம்தான்!

"கம்மா இருங்கம்மா. வெளி உலகத்துக்குத்தான் சரோஜா ஒரு சூப்பர் ஸ்டார். பாவம்... அவளும் சின்னைப் பொண்ணுதானே? அவளுக்கும் வெளியே போகணும், ஃபீரியா விளையாடணும்னு ஆசை இருக்காதா?" என்று எனக்குத்தான் சப்போர்ட் பண்ணிப் பேசினார்.

நாங்க அதுக்குள்ளே டிரஸ் மாற்றிக் கொள்ளும் சாக்கில் ரூமுக்குள் ஒடிப் போய் விட்டோம். உன்னே ஒரே சிரிப்பு...! பயம்! ஏதோ சாகஸம் செய்த மாஇரி சந்தோஷம்.

இன்னொரு ஜெமினி இல்லை. ஆனால் அந்தக் குடும்பத்துடன் எனது நட்பும் உரிமையும் தொடர்கிறது.

உலி.யில் பழைய பாடல்கள் ஒளிபரப்பாகும் போது கமலா செல்வராஜ் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொள்வார்.

"சரோஜா... இந்த சேனலைப் பாரு! அப்பாவும், நீயும் எவ்வோ நல்லா நடிச்சிருக்கீங்க... இந்த காஸ்ட்யூம்ல எவ்வோ அழகா இருக்கீங்க!" என்றெல்லாம் பேசுவார். இருவரும் மலரும் நினைவுகளுக்குள் மிழ்ந்து போவோம்.

(மலரும்)

சந்திப்பு : அனுராதா சேகர்

படங்கள் உதவி :

ஞானபிரகாசம், ஜெயபாபு



ஜொலிக்கும் ஃபேஷன் ஜ்வல்ஸ்

31-5-2008 முதல்  
30-6-2008 வரை

# ஸ்ரீ பல்சானி ஜ்வல்ஸ்

தங்க முலாம் பூசப்பட்ட தகதகென நின்றுக் கொண்டிரு புதிய ஆடைகள்,  
எண்ணிலடங்கா மாடல்கள். சொர்ணங்களின் சொர்க்கம்.

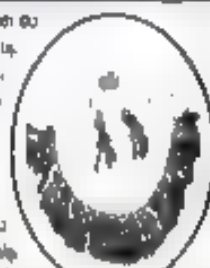


உங்களின் உணர்வுகளையும் Temple Jewels பல வண்ணங்களில், பல வித ஓசைகளில் உங்கள் பச்சாவி ஜீவ்வல்ஸ்-ல் தீர்ப்பொழுது மிக மிக குறைந்த விலை அறிமுகமாக உள்ளது

சிறப்புச் சலுகை கிராஹ்ருக்கு

ரூ. 60/- தள்ளுபடி  
செய்யப்படுகிறது

இன்னும் தலை முனதகளை உண்டி இழுக்கும் வெள்ளியில் பதித்த அமெரிக்கன் உயமன்ட் நகைகள், அழகான ஓசைகளில்... குறைந்த விலையில்... பரவீஷ் போய்விடுமே என்ற கவலை வேண்டாம். பீஸ்டும் பரவீஷ் செய்து கொள்ளுங்கள், இதன் விலை ரூ. 1000/- முதல் ஆரம்பம்.



தங்கள் வாய்விட செய்தும் 1/2 கிராம் தங்க நகையை உபயோகப் படுத்திய பின் ஆறு மாதங்களுக்கும், ஒரு கிராம் தங்க நகையை உபயோகப்படுத்திய பின் ஒரு வருடத்திற்குள்ளும் எங்களிடம் திருப்பித் தந்தால் 30 சதவீதம் தள்ளுபடி செய்து வேறு புதிய நகையை எங்களிடம் பெற்று மீண்டும் தங்கள் ஜொலிக்கலாம்.

ஒரு வித ஸ்பெஷல் உலோகத்தின்மேல் கிராம் அல்லது 1 கிராம் தங்கம் 'கோட்' செய்யப் பட்டு உருவாக்கும் தங்க நகைகள் தான். இன்றைய பேஷன் உலகின் நவநாகரிக மங்கைகளின் உலகத்தில் நம்பர் ஒன் இடத்தை வகித்திருப்பது.

உங்கள் வாழ்க்கையில் வளம் பெற, வியாபாரத்தில் செழிக்க, உணர்வுகளையும் மீதல உபயோக ருசிகளை வளர்ச்சியில் பதித்து 350 ரூபாய்க்கு குறைந்த விலைக்கு கிற்ப்பு நாகைகள் மட்டும்தான் இது தரவேண்டும். ராசிக்காய் கோதீரமும் உண்டு. அதுவும் 100 சதவீதம் உத்தர வரத்துடன்.

119 மத்திய American Diamond நகை வங்கியைக் கண்டு  
உங்கள் நகைகளுக்கு 100% உத்தரவம் உண்டு  
ரூ. 100 முதல் ரூ.1000 வரை மாத சீடும் உண்டு  
ரூ. 500 முதல் 1500 வரை வங்கியைக் கண்டு ஒரு மணி American Diamond கயால் இலாபம்.  
ரூ. 1500/- முதல் ரூ. 2,500/- வரை வங்கியைக் கண்டு ஒரு American Diamond Dollar இலாபம்.  
ரூ. 2,500/- க்கு மேல் வங்கியைக் கண்டு ஒரு American Diamond Necklace Set இலாபம்.

சிறு வணிகப்படுத்த  
உத்தரவ  
வரவுகளை  
5% வரை வரவே

தங்கள் வங்கியிலிருந்தும் மூக்குத்தி ஜோடி,வை தொடுகள் மேல் தொடாகவும், அல் வது குழந்தைகளுக்கும் தொடாக அணிவித்து அழகுபடுத்தலாம். பரவீஷ் படுத்தல் எண்ணற்ற வண்ணங்களில் 22 கோட் தங்கத்தினால் தயாரிக்கப்பட்ட விலை ரூ.100/- முதல்...

பச்சாவி ஜ்வல்ஸ் நகைகளை ஆன்லைன் மூலமாகவே வாங்கலாம்! எங்களுடைய புதிதாக ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ள இணையதளம் [www.sripalsanijewels.com](http://www.sripalsanijewels.com) மூலம் நகை வாங்குபவர்களுக்கு டெலிவரிசேரலில் 50% சிறப்புத் தள்ளுபடி வழங்கப்படும். இச்சலுகை மே 31 முதல் ஜூன் 30 வரை மட்டுமே.

**SRI PALSANI JEWELS**  
110, லாக்டர் ராதாகிருஷ்ணன் சாலை, (ஸ்ரீ கிருஷ்ணா என்டீர்ஸ் அருகில்)  
வாணப்பர் சென்னை - 600 004. ஃ 28111737, 28117036. [www.sripalsanijewels.com](http://www.sripalsanijewels.com)



செலவையும் தரும் தீவிரத்தையும்

**மு**கத்தில் சுருக்கங்  
களைக் குறைத்து,  
முகப்பரு வடுக்களை  
அகற்றி, பீக்மென்டேஷன்  
மற்றும் சிவப்பு நிறத் திட்டு  
களைக் குறைத்து, முகத்தில் புத்  
துணர்வு வரச் செய்து முகப்பொலிவைக்  
கூட்டி, உங்கள் வயதையே குறைத்துக்  
காண்பிக்கும் Allira ஒர்க்ஸ்டேஷன் சென்  
னைக்கு வந்தாச்சு!

இது சருமத்தின் பாதிக்கப்பட்ட,  
முதிர்ந்த பாகங்களையும், திக்கங்களையும்  
செறிவூட்டுகிறது. இந்தத் தொழில்நுட்  
பத்தில் 1320 எம்.எம். மற்றும் 1440 எம்.எம்.  
ஆகிய இருவித நவீன முறைகளும் இருப்ப  
தால், அடியில் இருக்கிற சருமப் பாதுகாப்  
புக்குத் தேவையான 'கொல்லாஜன்'களைத்  
தூண்டிவிட்டு இயங்கச் செய்து, சுருங்கிப்  
போன சருமத்தை நீலி நேர்த்தியாக்கி விடு  
கிறது. பிற தொழில்நுட்ப வகைகளில்

சமமாகப் பரப்புகிறது.  
இதுவே இந்தச் சிகிச்சையின்  
நிறப்பு.

பதினான்கு மி.மீ. விட்ட அள  
வுக்குள் ஆயிரக்கணக்கான மைக்ரோ  
துடிப்புகளை ஒரே சமயத்தில் பாய்ச்சுவ  
தால், அதன் அதிகபட்ச வீரியமும், வீசும்  
வேகமான சிகிச்சையின் பலனை அளிக்  
கிறது. இதை வேசர் Botox எனலாம். சுர  
ணம், இத்தனை வருடங்களாக, பருக்களையு  
ம், வடுக்களையும், மேடு பள்ளமுடான  
சருமத்தையும் அகற்ற ஒர் ஒழுங்கான  
முறை இருந்ததில்லை.

அப்படியானால் முகத்தில் சுருக்கத்  
தைப் போக்க வழியே இருந்ததில்லையா  
என்ற கேள்வி எழலாம். மூன்னெல்லாம்  
Botox என்ற ஊசி மருந்தை முகத்தின்,  
ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் போடுவார்கள்.  
மூன்று மாதம் வரை அதன் பலன் இருக்

# இளமை இதோ..

இந்த அளவுக்கு 'கொல்லாஜன்'களைத்  
தூண்டும் நிறம் இல்லை. இதில் உள்ள  
CAP தொழில்நுட்பம் மட்டுமே சருமத்தின்  
எல்லா தளங்களிலும் புகுந்து இயங்கி,  
வேசர் ஒளியின் தீவிரத்தை

கூம். பிறகு முகம் பளமயபடி தொங்கிப்  
போய்விடும். அத்துடன், முகம் முழுவதும்  
வதுமா ஊசி போட முடியும்? Botox நிரத்  
தரத் தீர்வு அளிப்பதில்லை என்பதே அதன்  
குறை.

அஃபர்ம் வேசர் சிகிச்சை நிரந்தரத்  
தீர்வு அளிப்பதால் நிறந்த சிகிச்சை  
யாகக் கருதப்படுகிறது. இதில் எந்த  
விதப் பக்கவினையும் இல்லை.

இந்நிய சரும நினைவையக் சுருக்  
தில் கொண்டு வேசர் வல்லுனர்கள்  
இதைத் தயாரித்திருப்பதால் நல்ல  
பலன் தருகிறது.

வேசர் என்றால் என்னவோ  
ஏதோ என்று வியப்புடன் சிலர்  
கேட்கிறார்கள். எக்ஸ்ரே மாதிரி  
யா ஐசோடோப் மாதிரியா? என்  
றெல்லாம் சந்தேகத்துடன் கேட்கிறார்கள்.

தேவையற்ற முடியை அகற்ற  
வயதான நோற்றத்தை மாற்ற  
சருமப் பளபளக்க  
மைக்ரோ டெர்மாப்ரேஷன்  
ஹைட்ரோ ஃபேஷியல்  
லெக்-லீன்ஸ்  
வடுக்களை அகற்ற  
தழும்புகளை நீக்க  
அறுவைச் சிகிச்சை தழும்புகளை நீக்க  
சருமத்தை மென்மையாக்க  
சருமத்தை மென்மையாக்க

லேசரில் பல வகைகள் இருக்கின்றன. ஒவ்வொரு சிகிச்சைக்கும் ஒவ்வொரு வகை லேசர் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

உரோமத்தை அகற்றப் பயன்படுத்தப் படும் லேசர், முகப் பருக்களையும், வடுக்களையும் அகற்ற உதவாது. சருமத்தில் உள்ள பிக்மென்ட்டுகளை அகற்றப் பயன்படும் லேசர், ஆழமாகச் சென்று 'கொல்வாஜன்'களை ஊக்குவிக்காது. முடியையும் அகற்றாது. அதனால்தான் லிஞ்ஞானிகளும், இன்ஜினியர்களும், மருத்துவர்களும் அவ் டிரா-வயவெட்டி லிருந்து தொடங்கி, இன்ஃப்ரா ரெட் லேசர் வரை பல வகை லேசர்களைப் பயன்படுத்தி வருகிறார்கள்.

ஒவ்வொரு வகை லேசரும் வெவ்வேறு வகை திசுக்களின் செயல்பாடுகளுக்கு ஏற்ப இயங்குகிறது.

வும் வசதிகள் இருக்கின்றன!" என்கிறார் டாக்டர் மலிதா.

இந்த லேசர் சிகிச்சை, அமெரிக்க மருத்துவ - உணவு - அதிகாரத் துறையின் ரால் அங்கீகரிக்கப்பட்டது.

"முகச் சுருக்கங்கள், முகத் திவ் சதை



# இதோ...

அதனால் எந்த வகை சிகிச்சைக்கு, எந்த வகை லேசர் என்று தேர்த்தெடுத்துப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

இந்த லேசர் சிகிச்சையில் வலி எதுவும் கிடையாது. வெகு வினாவில் சிகிச்சை முடிந்து விடுகிறது என்பதை சிறப்பான அம்சங்கள்.

"சாட்டின் ஸ்கின் க்ளினிக்குகளில், தேவையற்ற முடியை எடுத்து வழுவழுப் பாக்கவும், கடுமையான முகப்பருக்களையும் தழும்புகளையும் தீக்கவும், வடு இருந்தால் அதைக் களையவும், 'வார்ட்' எனப்படும் உள்ணிகளை எடுக்கவும், வெயிலால் அதிக பாதிப்பு ஏற்பட்ட சருமப் பகுதிகளைச் சீராக்கவும், சருமத் துக்கு ஊட்டம் கொடுக்கவும், காய்களின் நரம்புகளைப் புத்துணர்வு பெறச் செய்ய

தொங்குதல், கண்கள் அருகே (காகம் கால் போன்ற) சுருக்கக் கோடுகள் எல்லாவற்றுக்கும் விடைகொடுங்கள்.

இதுவரை வயதான தோற்றத்துக்கு ஒரு தீண்ட காலத் தீர்வு இருந்ததில்லை. வய தாகிவிட்டதே என்ற கவலை இனி வேண்டாம். Afters லேசர் சிகிச்சை மேற்கொள்ளுங்கள். இளமையான தோற்றத்தோடு இருங்கள்!" என்கிறார் டாக்டர் மலிதா.

பாடலி சின்மலி தன் முகப்பொலிவுக்கு 'சாட்டின் ஸ்கின் க்ளினிக்'கைத்தான் தாடுகிறார் என்று தெரிவுமோ?

மேலும் விவரங்களுக்கு :

## Satin Skin Laser Clinics

Ph : 98408 92505; 044-2821 6316

சத்திப்பு : சாருகேசி







# மாங்கையார் மலர்

வழங்கும்

அறிவுப் போட்டி-5

ரூ. 5,000 பரிசு

சமீபத்தில் நடைபெற்ற செய்திகளை எந்த அளவுக்கு அறிந்து வைத்திருக்கிறீர்கள்? ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் கீழே மூன்று பதில்கள் அளிக்கப்பட்டுள்ளன. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து '✓' பண்ணி அனுப்புங்கள். குறுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு தலா ரூ. 250/- பரிசளிக்கப்படும். எங்கே உங்க பொது அறிவைச் சோதிக்கப் பாருங்க!

1. தசாவதாரம் படப் பாடல் ஆடியோ வெளியீட்டு விழாவில் கவந்து கொண்ட வெளிநாட்டுப் பிரபலம் யார்?

அ. அர்னால்ட் ஸ்வார்ஸ்தெகர் ☐

ஆ. மைக்கேல் ஜாக்சன் ☐ இ. ஜாக்கி கான் ☐

2. நூக்குத் தண்டனைவிலிருந்து தப்ப பாகிஸ்தான் நீதிமன்றத்தின் கருணை தேவைப்படும் இந்தியர் யார்?

அ. ரஞ்சித் சிங் ☐ ஆ. சரபஜித் சிங் ☐

இ. புதியா சிங் ☐

3. ராஜீவ் காந்தி கொலை வழக்கில் தண்டனை பெற்ற நளினியைச் சந்தித்த பிரபலம் யார்?

அ. ப்ரியங்கா ☐ ஆ. மாயாவதி ☐

இ. ராதிகா செல்வி ☐

4. இந்திய பெட்ரோலிய அமைச்சர் யார்?

அ. தியோரா ☐ ஆ. பாலு ☐ இ. அன்புமணி ☐





5. பி.எஸ்.வி. என்ற ராக்கெட் மூலம் ஒரே நேரத்தில் எத்தனை செயற்கைக் கோள்களை இந்தியா விண்ணில் செலுத்தியது?

அ. ஐந்து ☐ ஆ. எட்டு ☐ இ. பத்து ☐

6. எங்கு தியானம் மற்றும் யோகா பயிற்சி அளிக்க தமிழக அரசு முடிவெடுத்துள்ளது?

அ. அரசு மைதானங்கள் ☐ ஆ. கோவில்கள் ☐  
இ. மனமகிழ் மன்றங்கள் ☐

7. ஐ.பி.எல்.வின் 11 போட்டிகளில் விளையாட

யாருக்குத் தடைவிதிக்கப்பட்டது?

அ. ஸ்ரீசுந்தர் ☐ ஆ. ஹர்பஜன்சிங் ☐ இ. சோயப் அக்தர் ☐

8. சமீபத்தில் பயங்கர பூகம்பம் ஏற்பட்ட நாடு எது?

அ. ரஷ்யா ☐ ஆ. சீனா ☐ இ. ஜப்பான் ☐

9. கோஸ்டு குவெஸ்ட் நிறுவனம் செய்திகளில் அடிபடுவது எதற்காக?

அ. தங்க நாணய மோசடி ☐ ஆ. தங்கச் சுரங்கங்கள் கண்டுபிடிப்பு ☐  
இ. தங்கச் சினைகள் கட்டத்தல் ☐

10. சிகரெட் மற்றும் மதுப் பழக்கத்துக்கெதிராக அமைச்சர் அன்புமணி எடுக்கும் நடவடிக்கையை எதிர்த்துப் பேசிய இந்தி நடிகர் யார்?

அ. ஷாருக்கான் ☐ ஆ. கனில் தத் ☐ இ. அமிதாப்பச்சன் ☐

தொகுப்பு : ஜி.எஸ்.எஸ்.

போட்டி விதிகள் :

அறிவு விடைகளை நிரப்பி இந்தப் பக்கத்தைக் கிழித்து அனுப்புங்கள். ஒருவரே எத்தனை கூப்பன்களை வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். ஜெராக்ஸ் கூடாது.

அனுப்ப வேண்டிய மூகவரி : அறிவுப் போட்டி - 5 மங்களையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, எக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

கடைசித் தேதி : 15.6.2008

பெயர் :  விவரம் :

தொலைபேசி எண் :  எ-மெயில் :

# SINGAPORE & MALAYSIA BANGKOK & PATTAYA

Chennai-Singapore-Chennai Max Includ  
3N/4D Rs.28,500/- Every Month Tour

Chennai-Bangkok-Chennai  
4N/5D Rs.27,800/-

Chennai-Genting Highland-Kuala Lumpur-Chennai  
4N/5D Rs.27,500/-

Genting Highland-Kuala Lumpur-Singapore  
7N/6D Rs.39,500/-

Bangkok-Pattaya-Gentinghighland-Kuala Lumpur-Singapore

9N/10D Rs.48,500/-

Cell: 9941 99 88

## DOMESTIC TOURS

சிம்லா - குளுமகாஸி - அக்சிதசரஸ் கலித்தா - டார்ஜிலிங் - கேம்பரிக்  
டெல்லி - ஆக்ரா 10 Days Tour - Rs. 6,600/-

12 Days Tour - Rs.7,350/-

Avail LTC / LFD

ஆந்தாமாஸி 4 days / 5 Nights - Rs.6600/-

ஒரே குறுப்பாக வரும் அன்பர்களுக்கு அவர்கள் விரும்பும் இடங்களுக்கு அவர்கள் விரும்பும்  
தேதியில் யாத்திரை செய்து தரப்படும். Cell: 98415 77615

## METRO TRAVELS

No.67, Basha St, Chennai-94. Ph: 2374 2466 / 2994 / 2996

Cell: 98411 36563

E-Mail: metrotravelsindia@yahoo.co.in Website: www.metrotravelsindia.com

## வீடுகள் விற்பனைக்கு



திருச்சி திஸ்ஸைநகர்

4 - அது கிரான்ட், வட சிழக்க  
விஸ்தரிப்பு No. C. 11  
கார் பார்க்கிங் உடன் கட்ட  
முடிக்கப்பட்ட

அசோகா  
அபார்ட்மெண்ட்ஸ்

## DELUXE DOUBLE BED ROOM

தலைத்தளத்தில் சுகல வசதிகளுடன் வாஸ்து முறையில் கட்டப்பட்டுள்ள அமைதியான இடத்தில்,  
விசாலமான ஹால் மற்றும் படுக்கை அறையுடன், முதல் தரமான கட்டுமான பொருட்கள்  
கொண்டு கட்டப்பட்டுள்ள வீடுகள் குடிபுகு தயார் நிலையில் விற்பனைக்கு உள்ளன.

குறியீடு: வீட்டில் இருந்து உச்சியில் நிர்வகையார் கோவிலை தரிசிக்கலாம்.

பவனி, கன்னாடி, மருத்துவமனை, கிராமம் மற்றும் பெருந்த நிறையம் ஆகியவை  
மிக நிகர அருகில் உள்ளது. குடிசை ஆகவை ஏண் : 320

நேரில்  
வந்து பார்க்கவும்

செல்லியம்மன் கன்ஸ்ட்ரக்ஷன்ஸ்

செல் : 99440 44221



இ 'தீர்' இலவச இணைப்  
பில் 6 பேராசனாகனைப்  
பிரகரித்து, ஆனந்த தீர்  
செய்த களிப்பில் ஆழ்த்தி  
விட்டிருக்கிறேன்.  
இராயப்பேட்டை,  
கவிஞர் அப்பாறு  
எஸ். வாகதேவன்.

இ மணிதான் ஒரு  
எழுப்பும், பூ பூக்கும் ஒரு  
யும் ஒலிக்கும். இது  
மங்கையர் மலராச்சே.  
இளம் பிஞ்சு, மன் ஏஜ்,  
எங்களைப் போன்ற சிலிவர்  
சிட்டிசன் அனைவரையும்  
கவரும் வண்ணம் தஞ்சாவூர்

ததப்பமாக மணக்கிறது மங்கை  
யர் மலர்.  
மலிவாப்பூர், விஜயசெட்கரி.

இ கீர் ம மகாநயியம் இவ்வவ்வா  
அதிலும், தம் ஊர் பெண், கபலக்டி கண்டுபிடிப்பு  
படித்ததும் மிகவும் பெருமையாக இருந்தது.  
திருவாரூர், ராஜலக்டி விஸ்வநாதன்.

இ சிறுகதைகள் ஒவ்வொன்றுமே சிறப்பாக இருந்தன.  
அனைத்துக்கும் மேலாக 'உயில்' சிறுகதை பெற்றோரை  
அடைச்சிப் படுத்தும் பிள்ளைகளுக்கு நல்லதொரு  
படிப்பினை அனைவர் திருக்கை முன்னிட்டு  
பிரகரமான 'அம்மாவும், தாங்களும்' கவிதையின் வரிசை  
உள்ளத்தை உலுக்கி, கண்ணீரை வரவழித்து விட்டது.  
ராசிபுரம், நானக சத்திரா

## தஞ்சாவூர்



இ சம்மர் ஸ்பெஷல் 'கம்பு இட்லி' செய்து காப்பிட்  
டோம். கவையாக இருந்தது.  
கவுத்தப்பாடி, யாழ்கலின்.

இ 'உங்க வீட்டில்' சிகம்பாமா, மதுரையா? என்ற  
கேள்விக்கு அனுஷாவின் பதில் என்னைப் புன்னடைப்  
பூக்க வைத்தது என்றால் 'ஒரு கரி நான்' சிறுகதை யாய்  
விட்டுச் சீரிக்க வைத்தது.

மதுரை - 2,

ஆர். ஜெயலக்டி.



இ 'பூஞ்சாரல்' ஆட்டம் - பாட்டம் - கொண்டாட்டம்  
- அடேங்கப்பா எத்தனை இளமைத் துள்ளம்! நாம்  
படிக்கும்போது எவ்வாம் இப்படி ஆட்டம் போடலை  
யேனு ஏக்கம் தந்தது.

சென்னை - 39,

சிம்மவாழிவி.

இ போட்டி வெளியாகும் பக்கங்களின் பின்புறம்  
விளம்பரம் வெளியிட்டால் நன்று. போட்டிக்கான  
பக்கத்தை வெட்டி அனுப்பும் போது, பின்பக்கச்  
செய்திகள் மிஸ் ஆவதைத் தவிர்க்கலாம்.

ஸாரி... ஸாரி... ஸாரி... (ஆர்.)

சிங்கப்பெருமான் கோவில், காமேஸ்வரி கண்ணன்.

இ 'பூஞ்சாரல்' வண்ணப் படங்கல் தேரில் கலந்து  
கொண்ட இருப்தினையத் தந்தன.

சிதம்பரம்,

ஸ்ரீவித்யா கவிதாஸ்.

# கருப்பம்!

இ 'ஸ்ரீவித்யா கரேஷ்' எழுதிய 'ஒரு கர் நான்'  
கற்பனையல்ல, உண்மை. நடைக்கனவையாக நி(ஜ)தரிச  
னத்தை எழுதி விட்டார்.

சென்னை - 73,

பிச்சை கவாமிதேன்.

இ மாணவிகளின் கேள்விக்கு. நா. முத்துக்குமார்  
பதிவளிக்கையில் பிடித்த டாப்டென் பாடல்களைக்  
கூறும்போது,

"உள்ளம் என்பது ஊமை" என எழுதிவிடுந்தார்.

"உள்ளம் என்பது ஆமை. அதில் உண்மை என்பது  
ஊமை" என்பதுதான் சரி!

சின்ன காஞ்சிபுரம்,

என். சீவிவாசன்.

இ 'தொட்டால் பூ மலரும்' தொடரைப் படிப்பது  
ஒரு சுகம் என்றால், காணக் கிடைக்காத அத்தக் காலப்  
புனைப்படங்களைப் பார்த்து ரசிப்பது தனி சுகம்!  
விருஷ்ணபிரி - 1,

வி. விஜயாம்பாள்.

இ ஒன்பதாம் வகுப்பு மாணவியாகிய நான். 'கோகு  
லம்' மற்றும் சிறுவர்கள் மலரைப் படிப்பேன். இந்த  
விடுமுறையில் என் ஆச்சி படிக்கும் மங்கையர்

மலரைப் படித்தேன். அதில்  
சிறுகதைகளும், 'ஆலா 50'ம்  
எண்ணக் கவர்ந்தன  
என்றாலும்,

கவிதா  
ஹரிசுருஷ்ணவின் கற்பனைத்  
திறன் வியக்க வைத்தது. இனி  
மங்கையர் மலரைத் தொடர்ந்து  
படிப்பேன்!

சென்னை - 92,

ரா. கனகசெல்வி.

இ எத்த நாடானால் என்ன...  
தாய்மையின் பாறை ஒன்றே  
நான். அதுதான் அளப்புக்கரிய  
பாசம்! சீதா பெண்ணட் எழுதிய  
'கடவுள் பரிசு' கட்டுரை கண்க  
ளில் நீரை வரவழைத்து  
விட்டது!

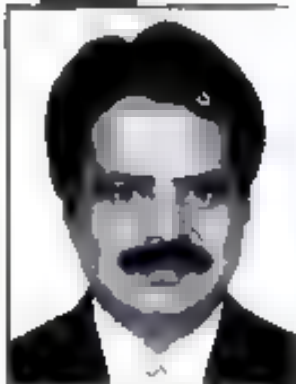
பெங்களூர், விஜயா ராஜன்.

இ வெலிய் அதிகரித்ததால்  
கடும் வலிற்று வலியால் அவ  
திப்பட்ட நான், மங்கையர்  
மலரின் போகனைப்படி  
வெற்றினலயின் மீது விளக்  
கெண்ணெயைத் தடவி வயிற்  
தின் மீது போட்டு விட்டதில்,  
தல்ல பலன் கிடைத்தது.

பாலக்காடு, என். சம்பத்.

இ உங்கள் மாத இதழ் புத்தகம்  
கடத்த மூன்று மாதங்களாகித்  
தான் வாங்கிப் படிக்கிறேன்.  
உங்கள் புத்தகம் படித்தபின்  
நான் படிக்கும் ஆர்வமே வந்  
தது. இவ்வளவு நாளாக எப்  
படித் தவற விட்டேன் என்றே  
தெரியவில்லை. எவ்வளவு  
புப்பு, கதை, கவிதை, போட்  
டிகள்! பாராட்ட வார்த்தை  
களே இல்லை.

விழுப்புரம், எஸ். சத்யா.



Dr. R. ராஜசம்பந்தம்

சென்னை  
ஏ.கே.பி. தோம்பி  
யோபதி மருத்துவ  
ஆஸ்பத்திரி மையம்  
குழந்தைப்பேறில்  
லாத தம்பதி  
யருக்கு இலவச  
தொலைபேரி  
வழி ஆலோசனை  
வழங்க ஏற்பாடு  
செய்துள்ளது.

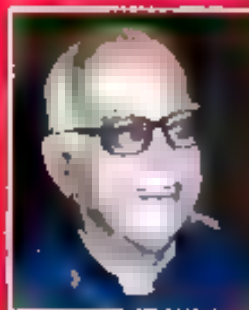
பிரபல தோம்பியோபதி மருத்துவர்  
Dr. R. ராஜசம்பந்தம் மற்றும்  
மருத்துவக் குழுவின்மீடம் தோடி  
யாக தொலைபேரியில் உளர்பய  
லாம்.

15.6.2008 ஞாயிறு காலை 9  
மணி முதல் 1 மணி வரை ஆலோ  
சனை வழங்குவார்கள். நேரில்  
சந்தித்து விளக்கம் பெற முடியாத  
வர்களுக்காக இந்த திசுற்சி  
ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது.

ஆண்களின் பொதுவான  
பிரச்சனைகளான ஆண்மைக்  
குறைவு, மீளாத தடி வளராமல்,  
இரத்தநாள புடைப்பு (Varicocele)  
கட்டிகள் போன்ற நோய்களுக்கு  
விளக்கம் அளிப்பார்கள்.

பெண்களின் குழந்தை  
பேறின்றமைக்கு முக்கியக் காரணங்  
களான கருப்பை நீர்க்கட்டிகள்  
(PCOD), தைராய்டு போன்றவைகள்,  
மாதவிடாய்க் கோளாறுகள், கருப்  
பைக்கட்டிகள் போன்ற பிரச்சனை  
களுக்கும் விளக்கம் பெறலாம்.  
மனவியல் ஆலோசனையும்  
(Counseling) வழங்கப்படும்.

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய  
தொலைபேசி எண்கள் :  
044-28113300, 28118600.  
மேலும் விபரங்களுக்கு  
www.homeomiracles.com  
என்ற இணையதளத்தைப் பார்க்க  
வும்.



## ரூ. 5,000 பரிசு அறிவுப் போட்டி-4 முடிவு பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்!

குறுக்கல் முறையில் ரூ. 250/- பரிசு  
பெறும் இருபது அதிர்ஷ்டசாலிகளின்  
பட்டியல் இதோ!

1. எஸ். மைதிலி, தஞ்சாவூர் 2.  
உமாசத்தியம், வேலூர் -4, 3. எம்.  
அனிலாபெகம், காட்டிப்பாளையம், 4. எம்.  
சுமலா, புலா, 5. ஜயமணி, கேரளா, 6.  
லட்சுமி சுதாகரன், திருச்சி - 21, 7. ஆர்.  
மீனாகுமாரி, நவி மும்பை, 8. பி.  
சத்தியவதி, சின்னமொட்டைக்குடி, 9. ஆர்.  
ஜெயந்தி, கர்நாடகா, 10. ஆர். கல்பனா,  
காலடிப்பேட்டை, 11. மங்களம் ஜெயரா  
மன், ரங்கம்பாளையம், 12. கே. சுமத்ரா,  
சேலூர், 13. எம். உஷா, கோயமுத்தூர்,  
14. வசுதி பாலகப்பரமணியன், பெங்களூர்,  
15. எஸ். வர்ஷா, தூத்துக்குடி, 16. ஈஸ்வரி  
அருண், திருச்சி - 18, 17. ஆர். கே.என்.  
சுருத்தரா பழனிவாசன், மும்பை, 18. டீஷா  
சங்கர், மலேஸ்லாம், 19. என். கலா,  
சென்னை - 28, 20. பா. ஸோஹிவா,  
அம்பத்தூர்.

விடைகள் :

1. டிசம்பர் - 2012, 2. ஷாஜுஜான்,  
3. பாலிஸ்தான், 4. அறுபது, 5. சரத் குமார்,  
6. அத்தவாணி, 7. காப்பத்து, 8. ஜெலா,  
9. ஒரிசா, 10. டென்னிஸ்.





சில முக்கியமான கேள்விகளுக்குப் பதில் சொல்வதற்கு முன்னால், 'இன்கான்டினாவ்ஸ்' எனப் படும், அடக்கினாலும் முடியாமல், பெண்கள் தாங்கள் அநியாயமே சிறுநீர் கசிவது தொடர்பான சில விவரங்களை வெளியிடுவது நல்லது என்று நினைக்கிறேன்.

இந்தக் குறைபாடு ஒன்றும் உயிர்க்கொல்லி நோய் கிடையாது. தாமத நல்ல வாழ்க்கையை வாழ முடியாமல் அவஸைப்படும்படிக்கும் வளையைச் சேர்த்து, சுமார் 50 முதல் 100 சதவிகித மகனீர் இந்தக் குறைபாட்டால் அவதிப்படுகிறார்கள் என்றாலும், வெளிப்படையாகச் சொல்ல வெட்கப்படுகிறார்கள் என்பதே உண்மை. இதில் வருத்தம் தரும் உண்மை என்ன என்றால், 50 சதவிகிதம் பேர், இதை வயதாவால் வரும் உபாதை என்று எடுத்துக் கொண்டு விடுவது தான். அதனாலேயே தங்கள் மருத்துவரிடமும் இதுபற்றி விவாதிப்பதில்லை. இந்தக் 'தொல்லை'யோடு வாழ்க்கையைத் தன்னிவிடுவோமே என்று முடிவு செய்து விடுகிறார்கள்.

இன்னொரு வருத்தத்துக்குரிய செய்தி என்னவென்றால், மருத்துவர்களுக்கும் இந்த அவதி பற்றியோ அதற்கான சிகிச்சை முறை பற்றியோ முழுமையாக அறிந்திருப்பதில்லை. அதனால், இந்தப் பிரச்சனையோடு மருத்துவரை அணுகும் மகனீர்,



**இன்கான்டினாவ்ஸ்?**



எந்தப் பலனும் கிட்டாமல் விடப்படுகிறார்கள்.

மிகவும் முன்னேறிய நாடாகக் கருதப்படும் அமெரிக்காவில்கூட, ஐந்து வருடங்கள் தாமதித்து விட்டுத்தான் டாக்டரை அணுகி சிகிச்சை பெறுகிறார்கள்!

எல்லா மகவிருக்குமே வாழ்க்கையின் ஏதாவது ஒரு கட்டத்தில் சிறுநீர்க்கசிவு பிரச்சனை வரும்; அதற்காக அவர்கள் எல்லாம் சிகிச்சையை நாடி டாக்டரிடம் வரவேண்டிய அவசியம் இல்லை.

ஆனால் தங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையையும், சமூக வாழ்க்கையையும் பாதிக்கும் அளவுக்கு அதன் குறுக்கிடு நீவிரமாக இருந்தால் மட்டுமே சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது.

'இன்கான்டினன்ஸ்' எத்தனை வகை என்று மேலோட்டமாக ஒரு பார்வை பார்ப்போம் :

★ உடல் அழுத்தம் (ஸ்ட்ரெஸ்) காரணமான சிறுநீர்க் கசிவு. இந்த அழுத்தம்தான் இருமினாலோ தும்மினாலோ சிறுநீர்க்கசிவை உண்டாக்குகிறது.

★ அடக்க முடியாத (அர்ட்) சிறுநீர்க்கசிவு. முதல் வகைதான் சாதாரணமாக அவதிக்குள்ளாகும். ஆனால் சிகிச்சைக்கு வருகிறவர்கள், இந்த இரண்டு வகையைச் சேர்ந்தவர்கள்தாம்.

★ வயதானவர்கள், இடுப்பு எலும்பு முறிவு, குமட்டாய்ட் அல்லது ஆஸ்டியோ ஆர்த்தரைட்டிஸ் காரணமாக, நடந்து பாத்தும் போவதற்குள் ஏற்படும் சிறுநீர்க் கசிவை 'ஃபங்ஷனல்' இன்கான்டினன்ஸ் என்பார்கள்.

★ முதுகெலும்பில் அடிபட்டு, நரம்புத்தளர்ச்சியால் வரும் சிறு

பொதுவாகவே, எந்த வகையைச் சேர்ந்த சிறுநீர்க் கசிவாக இருந்தாலும் எந்த ஓசுழ்ச்சிக்கும் போக முடியாத நிலை, பூளை, கோயில்கள் என்று புனித இடங்களுக்குப் போக இயலாத நிலை, பட்டுப் புடவை உடுத்த முடியாத நிலை, விளை யாட்டுகளிலோ, ஷிம்'மிலோ பங்குகொள்ள முடியாத நிலை, வேலைக்குப் போக முடியாத நிலை, தாம்பத்திய உறவு மேற்கொள்ள முடியாத நிலை என்று எத்தனை



**டாக்டர்  
சுந்தர் குமாரேசுவரன்  
யந்தன்**

# அப்படின்னா...?

நீர்க்கசிவு நியுரோஜெனிக் வகையைச் சேர்ந்தது.

இவை எல்லாமே, தொடர்ந்து வரும் சிறுநீர்க் கசிவு வகைதாம். தாரம்லாக இருந்து, திடீரென்று வருவது, ஃபிஸ்ட்டுவா இன்கான்டினன்ஸ். தொடர்ந்து சிறுநீர்க்கசிவு இருந்துகொண்டே இருக்கும். அதனால் அவர்களிடம் எப்போதும் சிறுநீர் வாடை லீசும். அதனால் ஒதுக்கப்பட்டுவிடும் நிலை உண்டாகும்.

விதமான தடைகள்!  
இதிலிருந்து விடுபட முடியும் என்பதை வலியுறுத்தவே இத்தனை விவரங்கள் தந்திருக்கிறேன்.

இனி, சில முக்கியமான கேள்விகளைப் பார்க்கலாம் :

பார்வதி, ஹைதராபாத்.  
என் வயது 65. ஹார்ட் பேஷன்ட். வயிற்றில் மூன்று சர்டுரி ஆகியிருக்கிறது. சர்க்

கரை இல்லை; இரத்த அழுத்தம் இல்லை. பசுவும், இரவும் அடிக்கடி சிறுநீர் போகிறது. எங்கேயாவது வெளியில் போக வேண்டுமானால் கஷ்டமாக இருக்கிறது.

ஒவர் ஆக்டிவ் பிளாடர் அல்லது அர்ஜ் இன்கான்டினன்ஸ் வகை இது.

மூளைக்கும் சிறுநீர்ப் பைக்கும் உள்ள தொடர்பு சரியாக உருவாகாததால் இப்படி அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கத் தோன்றுகிறது. உங்களுக்கு சிறுநீர்ப்பை இறங்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. அதில் சிறுநீர் தங்கி, மீண்டும் சிறுநீர் போகத் தூண்டும். ஒருவேளை மெனோபாஸ் காரணமாக (திகக்கள் கருங்கி அட்ரோஃபி நிலையில்) கூட இது வரலாம். நீங்கள் யூரோடைனமிக்ஸ் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும். ஒவர் ஆக்டிவ் பிளாடர் பிரச்சனைக்கு மருந்துகள் கொடுக்கலாம். 'அட்ரோஃபி' இருந்தால் எஸ்ட்ரோஜன் கூகீம் பயன்படுத்த வேண்டும்.

ஜி. ஜெயந்தியின் தாயார், மும்பை எனக்கு 74 வயது. சிறுநீர்க்கசிவுக்கு, ஒன்றிரண்டு மருத்துவர்களிடம் சிகிச்சை பெற்றும் நிரந்தர குளம் கிடைக்கவில்லை. இரண்டு மணி நேரத்துக்கு ஒருமுறை சிறுநீர் கழிக்க வேண்டியிருக்கிறது. பிஹேவியர் மாடிசிபிகேஷன் என்றால் என்ன?

நீங்கள் உட்கொள்ளும் நீரின் அளவு என்ன என்று பார்க்க வேண்டும். நீர் உட்

கொள்வதைக் கட்டுப்படுத்துவது உதவும். உணவு முறைகளில் மாறுபாடு செய்து கொண்டால் பலன் கிடைக்கும். (சென்ற மங்கையர் மலர் இதழைப் பார்க்கவும்.)

சிறுநீர் போவதைத் தவிர்க்காமல், 1. 1½ மணி இடைவெளிக்குப் பதில், 2 - 2½ மணி நேரம் ஆக்கி மெல்ல மெல்ல சிறுநீர்ப்பையை உங்கள் கட்டுப்பாட்டில் கொண்டு வரலாம்.

ஏ. ஜெயலட்சுமி, அம்பத்தூர், சென்னை - 53.

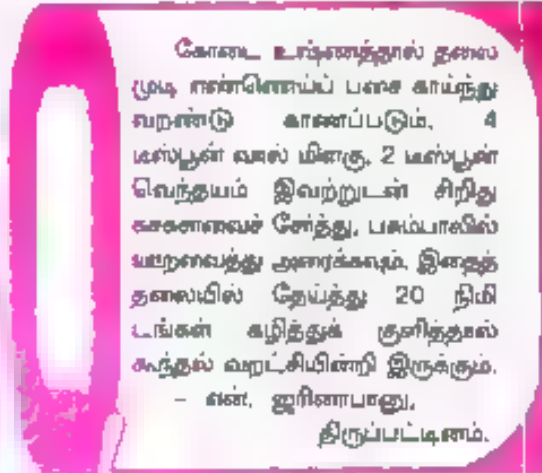
சிறுநீர்க் குழாய்க்குக் கீழே சிறிய நாடா சப்போர்ட் இருந்தால் சிறுநீர்க்கசிவைத் தடுக்கலாம் என்று கூறுபுள்ளீர்கள். இந்த நாடாவை உடம்பில் வைத்தால், வேறு ஏதாவது பாதிப்பு ஏற்படுமா?

இது எளிய சிகிச்சை, 10-11 வருடப் களாகச் செய்யப்பட்டு வருகிறது. இதை ஸ்லிப் ஸர்ஜரி என்போம். ப்ரோஸைன் நாடாவை, கி.ஹோல் சர்ஜரி மூலம், சிறுநீர்க் குழாயின் அடியில் பொருத்தி விடலாம். இது எளிய சிகிச்சை முறைதான். காலையில் வந்து, சிகிச்சை பெற்று, மாலை வீடு திரும்பி விடலாம்.

இதில் வலி இருக்காது. இரத்தக்கசிவு இருக்காது. வாந்தான் முழுதும் சளாகரிய மாக இருக்கலாம். எந்த பிரச்சனையும் இல்லை. ஹெர்னியாவுக்கு வைப்பது போன்ற வளைதான் இது. 100க்கு 97% வெற்றி அளித்திருக்கும் சிகிச்சை இது.

(தொடரும்)

தொகுப்பு : சாகுசேரி





அண்மையில் நானும்  
என் கணவரும்  
அமெரிக்காவில் உள்ள  
ஸான்ஃபிரான்ஸிஸ்கோவி-  
லிருந்து லண்டனுக்கு  
பிரிட்டிஷ் ஏர்வேஸ் விமானம்  
மூலம் பிராயணம் செய்தோம்.

விமானம் கிளம்பி ஒன்றரை மணி  
நேரமாகியிருக்கும். பயணி ஒருவருக்கு  
கிடைசென உடல்நலம் குறைவு ஏற்பட்-  
டது. ஸ்டீரோக் எவ்றார்கள். அவருக்கு  
உடனே மருத்துவச் சிகிச்சை தேவைப்  
படுவதால் விமானத்தைச் சற்று நிறுப்பி  
கனடாவிலுள்ள விஷ்விபெக் விமான-  
நிலையத்திற்குக் கொண்டு செல்வதாக  
அறிவித்தார்கள்.

விமானம் விஷ்விபெக்ஸில் தரை  
யிறங்கியது. எல்லாப் பயணிகளை  
யும் ஓர்போர்ட்டிங் ஸ்டெய்ஜில் உட்-  
கார்ச் சொன்னார்கள். அப்போது  
அமெரிக்க நேரப்படி காலை 2  
மணி. அவசர  
நிலைமை எப்ப

தால் வெகு நேரமாகப் பயணி  
களுக்கு விமானத்தில் எல்லாவு-  
ஒன்றும் அமரிக்கப்படவில்லை.  
கமார் ! மணி நேரம் உட்கார்ந்

திருந்தோம். பிறகு விஷ்விபெக் விமான  
நிலைய அதிகாரி ஒருவர் வந்து எங்களை  
வதவது நேரப்பட்டலில் சென்று தங்கிக்  
கொள்வதமறு கூறினார். அன்று இரவு  
தான் விமானம் மறுபடி புறப்படும்  
என்றும் தெரிவித்தார். பிரிட்டிஷ் ஏர்  
வேஸ் க்கு அந்த விமான  
நிலையத்தில் ஆர்பீஸ்  
இல்லாததால்  
எங்கள்

**வெளிநாட்டுப்  
பயணமா?**

**உஷார்!**



# சிறுநீரகக் கற்களா? ஆபரேஷன் வேண்டாம்!!

**30 நாளில் முழுமையாய் கரைந்துவிடும் அதிசயம்!**

சிறுநீரகக் கற்களால் சொல்ல முடியாத வேதனையா? வயிற்றில் ஊசியால் குத்துவது போன்ற வலியா? உட்காரவும் முடியாமல் நிற்கவும் முடியாமல் வேதனைப் படுகிறீர்களா? 3 நாள் அளவுக்கும் அதிகமாக இருக்கிறது: இனி ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும் என்று உங்கள் டாக்டர் கூறிவிட்டாரா? ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட சிறுநீரக கற்களால் அவதிப்படுகிறீர்களா? சிறுநீரகக் கற்களுக்காக ஆபரேஷன் செய்த பிறகும் திரும்பத் திரும்ப கற்கள் உண்டாகிறதா? சிறுநீரகக் கற்களால் உங்கள் சிறுநீரகம் செயலிழக்கும் ஆபத்தில் உள்ளதா? கவலையே வேண்டாம். மூலிகைச் சாறு சிகிச்சையால் சிறுநீரகக் கற்களை 30 நாட்களில் முழுமையாய் கரைத்து சிறுநீர் வழியே வெளியேற்றுகிறோம். மற்றும் சித்தப்பைபை கற்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்கிறோம்.



சிறுநீரகக் கோளாறு, ஹெப்படைட்டிஸ், சோரியாசிஸ், சர்க்கரை வியாதி, தோல் நோய்கள், ஆர்த்ரைட்டிஸ், எலும்பு தேய்மானம், கர்ப்பப்பை கோளாறு, குழந்தையில்லா குறைபாடு, கேன்சர் போன்ற நோய்களுக்கும் சித்த மூலிகை சிகிச்சையால் குணமாக்குகிறோம். ஏ.சி. வசதியுடன் கூடிய உள்நோயாளர் பிரிவும் உண்டு. தங்கி சிகிச்சை எடுக்கலாம்.

**மேலும் விபரங்களுக்கு:**

**டாக்டர் க. திருத்தணிகாசலம்**

ரத்தினா சித்த மருத்துவமனை மற்றும்

மூலிகை ஆராய்ச்சி மையம்,

750, பெரியார் நெடுஞ்சாலை,

N.S.K. நகர், அரும்பாக்கம், சென்னை-108.

☎ : 2622 3828, 2622 4688,

94433 74341, 94445 34444,

Email : thiruthani12@yahoo.co.in

www.rathnasiddha.com

விமானத்திலிருந்து பணியாளர் வாரும் வந்து உதவவில்லை.

வெளியே கடும் குளிர்க்காற்று. அப் படிப்பட்ட குளிருக்குத் தேவையான உடைகள் யாரிடமும் இல்லை. தோராட்டலுக்கு எங்கு செல்ல வேண்டும், தோராட்டலுக்கு எவ்வளவு செலவாகும் என்றும் யாருக்கும் தெரியவில்லை.

மாற்று உடைகள், அத்தியாவசியமான மருந்துகள் இவைகளும் பலர்டம் இருக்கவில்லை. நல்லவேளையாக எங்களிடம் க்ரெடிட் கார்டு இருந்தது. அங்கு எங்களுக்கு அறிமுகமான சக பிரயாணி களான தமிழ்த் தம்பதியர் தங்கள் செல்ஃபோனை எங்களுக்குத் தந்து உதவினர். ஹிந்தி பேசும் டாக்ஸி டிரைவர் ஒருவர் இடைத்தார். அவர் நல்ல தோராட்டலுக்குப் போக உதவி செய்தார், எப்படியோ சமாளித்தோம்.

**நான் இதை எழுதுவதன் நோக்கம்** வெளிநாடுகளில் பிரயாணம் செய்யும் போது நாம் கவனிக்க வேண்டிய சில விஷயங்களைப் பற்றிக் கூறத்தான்.

1. முதலாவதாக நமக்கு வேண்டிய அத்தியாவசிய மருந்துகள் வேண்டிய அளவு கைவசம் வைத்திருக்க வேண்டும்.

2. தேவையான பணம், க்ரெடிட் கார்டு, செல்ஃபோன் மிக அவசியம்.

3. மாற்று உடை, ஜாக்கட், சால்வை, மஃப்ளர் போன்றவற்றை கேபின் ஸ்கேஜிலேயே வைத்திருப்பது நல்லது.

4. பசிக்கு ஏதாவது (கிரனோலா பாட் மாதிரி) உடன் வைத்திருப்பது நல்லது.

இப்போதெல்லாம் வயதான பெற்றோர் பிரயாணம் செய்வது அதிகமாகி யிருக்கும் நிலையில் என் இந்த அலுவலம் அவர்களுக்கு உதவியாக இருக்கும் என நம்புகிறேன்.

- பாலம் சுந்தரேசன்,  
கோயமுத்தூர்.



**VIJAY** കേരള സാഹിത്യ അക്കാദമി പുരസ്കാരം 1990

[illegible]

**12, Goubert Avenue, Pondicherry.**



கறுப்புக் கொண்டைக்  
கடலை 100 கிராம், பு. அரிசி  
- கால் கிலோ, முழு உளுந்து  
50 கிராம் சேர்த்து அரைத்து  
இட்லி வார்க்கவும். ■ இட்லி  
யுடன் வாயிறு திரம்பி விடுவ.  
அதிகப் புரதச்சத்து திறைந்தது.  
- என். உஷா நடராஜன்,  
பம்மல.

## புரத கூடலி!

சுவையால் அறைமில்  
எக்ஸ்ஸாஸம்! பேன் வைக்கும்  
போது அடுப்புக்கு நேராக  
இல்லாமல் எதிர்ப்புறம் அல்லது  
பக்கத்தில் வைத்தால் எண்ணெய்ப்  
பிசுக்கு கம்மியாக இருக்கும். சுத்தம்  
செய்வதும் எளிது.

- சுபழிவாசுதேவன், தஞ்சை.

அதிக வட்டி சூளுதராகக் கூறி  
ஆரம்பிக்கும் கம்பெனிகளுக்கு அரசு  
அனுமதி தரக்கூடாது. இதனால் மக்கள்  
பாதிக்கப்படுவர் எனத் தெரிந்தால்  
அதற்கு சகுந்தி கடுமையான நட  
வடிக்கை எடுக்க வேண்டும்.

- பி. சூடாமணி, வடபழனி.

எலும்புகளின் படைபெருப்பைத்  
தடுக்க சமையலறைமில் எலும்புப்  
பவுடர் தூவுவது சில சமயம் விபத்தொலி  
விடும். மஞ்சள் பொடியுடன் பொடி  
உப்பைக் கலந்து தூவுவதே பாதுகாப்  
பானது!

- தீப்தாஹ்ரிணி,  
கேரவமுத்தூர் - 46.

சில இரவு கொடுக்கவந்தா நியா  
ரமுதன் பயன்படுத்தினார். திருவால்,  
ரமுதவாப்பா கொடுக்க வந்தா  
நியா R ரதல் R ரணி தேவர்  
வந்தான் பயன்படுத்த வேண்டித்.  
நியா தேவர் வந்தா துதல் துதல்  
மேதிகள் ம. துதல் வந்தா ம. துதி.  
என். ம. ரணி, தி துதல்.

வீட்டில் உபயோகப்படுத்தாத பாக்  
பாமின்ட்டுகளை அப்படியே திறந்த  
நிலையில் வைக்காமல், டம்மி பிராசு  
களைக் கொண்டு மூடவும். இதனால்  
நாக் அபாயம் தவிர்க்கப்படும். பூசசி,  
தூசி உன்றே போகாது.

- நேறமலதா ராமன்,  
சென்னை - 17.

மாற்றுச் சுவையை பீரோவிலோ அல்லது  
பெட்டிலிலோ வைத்துப் பூட்டுவதால்  
ஆபத்துக் காலத்தில் பயன்படாமல்  
போகிறது. இதைத் தவிர்க்க மாற்றுச்  
சுவையை ஏதாவது ஓர் ஆணியிலோ, வெளி  
அவணியிலோ வைக்கலாம்.

- ஆர். தங்கராஜ், திருப்பூர்.

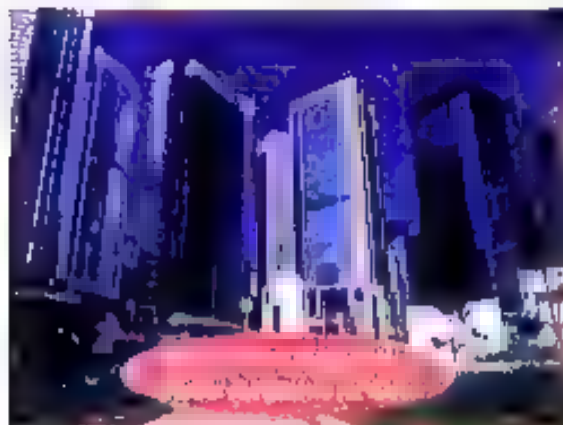
இவை எல்லாமே ஆவணம் 50! தான்!

Surrounded!!! International Airport - Tidel Park - 4 Lane Highway



# Golden Avenue

KK Nagar, (near Aiman College) Trichy-20.



Plots  
starting  
from  
1750 Sq.ft.

A Plot of  
Gold is  
ready  
at the  
end of  
your

RAINBOW



**LAVANYAA**

PROPERTY DEVELOPERS (P) LTD.

**Shree Baalaji Realty**

A-8, Balaji Road, Thillainagar HSE, Trichy- 620 018 Mob: 98946-24540, 99849-84440

Ph: 0434-4021294 website: www.lavanyaa.com E-mail: info@lavanyaa.com

Limited nos.

Gold Coupon

Scheme

Also available Super Deluxe Flats at Crawford, plots & Independent houses at Karumandapuram, and Flats at Woraypur.



## சுரியப்பா ஸ்ரீலக்ஷ்மி டிராவல்ஸ்

ஸ்தாபகர் : S.V. அய்யப்பன்

13/27, வெள்ளைத் தெரு, புறாவாக்கம், சென்னை-84 (தரஸ் திரைவயம் எதிரில்). பேசு: 28431023, 42020059

E-mail: srlaxmipatravels@yahoo / gmail.com / airtelmail.in

**வடதாட்டு திவ்ய தேவங்கள் :** மங்களாசாலை திவ்ய தேவங்களில் வடதாட்டில் 5 திவ்யதேவங்கள் - ஆக்ரே, மதுரா, பிருத்தாவனம், கோருபம், கோவந்தனம், திருவாய்பாடி, ஆலி, ஹரித்வாரா, சிஷிகோம், தேவபாயக, ஜோதிம்மடம், பத்ரிநாத், ஆலி, சென்னை. 23.8.08 முதல் 13 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 6,800/- + 5 நாள் சேர்த்து காசி-கயா, அலுஹாபாத் ரூ. 8,600/-

**மஹாசகங்கர யாத்திரை :** 7 ஜோதிலிங்கம், அஷ்ட கணபதி, வீரடி, சனிசிங்கனபூர், பண்டிபுரம் உள்பட. 25.08.08 முதல் 14 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 7,700/-

**முத்திராத் பெயர் யாத்திரை :** சென்னை, பூரி, கோனார்ட், புலகேஸ்வரம், கயா, காசி, போக்ரா, முத்திராத், காட்மண்டூ, அயோத்யா, ஸதயிஷாஸ்யம், அலுஹாபாத், சித்ரகூடம், காசி 05.09.08 முதல் 14 நாட்கள் ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 8,400/- (ஹெலிகாப்டர் கட்டணம் தனி)

**பஞ்சததுவாரகா, அஷ்டாந்தம், டாகு துவாரகை, பேட்டி துவாரகை, தாகேம், போர்பந்தா, சோமநாதபுரம், ஹஞ்சமாநா, மத்தருகயா, அம்பாஜி, மயண்ட் அபூ, புற்கரம், உதயபூர், காங்குரோலி, ஸ்ரீதாத் துவாரகா, சயாமளாஜி, அம்மதாபாத், உஜ்ஜயினி, ஓம்காரம், சாத்திபவன். 08.10.08 முதல் 14 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 7,300/-**

**மங்களாசாலை திவ்யதேவ யாத்திரை :** பாண்டியநாடு 18-ம் மலை நாடு 13-ம் ஆக 31 திவ்யதேவங்கள் 25.10.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,400/-

**தால்வர் பாடிய திருமுறைத்தலங்களில் பாண்டியநாடு 14-ம், கொங்குநாடு 7-ம் ஆக 21 திருமுறைத் தலங்கள். 02.11.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ் (வேன்), உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,200/-**

**மங்களாசாலை திவ்யதேவங்கள் :** சோழநாடு 40, துருநாடு 2, தொண்டைநாடு 22 ஆக 64 திவ்யதேவங்கள். 10.11.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,400/-

**தால்வர் பாடிய திருமுறைத் தலங்களில் தொண்டைநாடு, துருநாடு சிவஸ்தலங்கள். 17.11.08 முதல் 8 நாட்கள் ரூ. 3,200/-**

**ஆத்திர மாதிரி அஜேயபில் சேடல தாசிம்மா, தெல்லூர், ஸ்ரீசைலம், மத்திரைவயம். 24.11.08 முதல் 6 நாட்கள் ரூ. 3,200/-**

**சு**

யிபத்தில் இத்தோளேஷியா, சீனா போன்ற நாடுகளில் பயங்கர  
பூகம்பம் ஏற்பட்டு ஆயிரக்கணக்கானவர்கள் பரிசுயானது பெருஞ்செல்ம.

பூமியை பொறுமையின் விளம்பாகக் கருதுகிறோம். ஆனால் உண்மையில் பூமி  
அமைதியானதா? பின்பு ஏன் இயற்கைச் சீர்தரங்களால் பல்லாயிரக்கணக்கான உயிரினங்கள்  
தொடிப் பொழுதில் மடிக்கின்றன? பெருதகங்கள் தரைமட்டம் ஆகின்றன?

தம் வீடு :

நமது பூமி 1 கோடிக்கும் மேற்பட்ட  
உயிரின வகைகளுக்கும், 611 கோடிக்கும்  
மேற்பட்ட மக்கட் தொகைக்கும் அரிய  
தாயிடமாக விளங்குகின்றது. ஆரியக்  
குடும்பத்தின் மற்ற கொள்களையு  
போலல்லாமல் பரிசுடைய சிவங்கள்,  
மடுக்கள், பச்சைநிற வயல்வெளிகள்,  
வெளிச்சம் புக முடியாத காட்கள்,  
பிரிமான்ட சமுத்திரங்கள், எரிமலைகள்  
மற்றும் எண்ணற்ற இயற்கை  
வளங்களின் புகையலாகவும்  
விளங்குகிறது.

என்றும் இயங்கும் இயத்திரம்

தாம் இறக்காது காத்துக் கொண்ட பூமி  
எவ்வாறு சாதாரணக் கோண்டி இருக்கிறது.  
அகல் மரம் இருக்கும் தாம் ஒரே இடத்தில்  
இருப்பதாகத் தோன்றியாலும், திவந்தோடு  
கொதுவாக நடத்து கொண்டுள்ள இருக்  
கின்றன.

பூமி ஒரு அடர்வையப் போன்றது,  
எவ்வாறு அடர்வையப் போன்றது ஒரே மரம்

**பூகம்பம்**





மூடப்பட்டுள்ளதோ, அதே போன்று பூமியும் 24க்கும் மேற்பட்ட தட்டுக்களால் மூடப்பெற்றது. இத்தட்டுக்கள் ஒரே இடத்தில் நிலையாக இவ்வாமல் முட்டி மோதிக் கொண்டும், பிரிந்து கொண்டும் இருக்கின்றன. இத்தட்டுக்கள் ஒன்றோடொன்று தொடர்பு கொண்டிருக்கும் இடங்களே பூகம்பங்களும், எரிமலைகளும் உருவாகும் தலங்களாகும்.

இமயமலைத் தொடரில் அதிகளவில் பூகம்பங்கள் நிகழ்வதற்கு அங்கு மோதும் இத்திய மற்றும் யூரேசிய (யூரோப்பும் ஆசியாவும் சேர்ந்த தட்டு) தட்டுக்களே காரணம். இவ்வாறு இத்தட்டுக்கள் நகர்வதினால் பூமி பல மாற்றங்களை அடைகின்றது. புதிய மலைகள்

மாறுபாடும் இவ்வளவற்ற பொதுவான எண்ணமே ஆராய்ச்சியாளர்களிடம் நிலவி வந்தது. இக் கருத்தை 1912 ஆம் ஆண்டு தெர்மன் ஆராய்ச்சியாளர் ஆல்ப்ரட் வீக்னர் தகர்த்தெறிந்தார்.

அற்புதமாக ஒன்று சேரும் ஆப்பிரிக்க மற்றும் தென்அமெரிக்க கண்டங்களில் அமைப்பினால் ஆச்சரியமுற்ற இவர், அந்த விடுகதையில் விடையை அரிய முற்பட்டார். அவ்வாறு விழைகையில் பல அரிய கண்டுபிடிப்புகள் வெளிவந்தன. இந்தியாவிலும் தென் ஆஸ்திரேலியாவிலும் ஒரே வகை பனிப்பாறைகள் கண்டுபிடிக்கப்பட்டன. ஆப்பிரிக்க மற்றும் தென் அமெரிக்க கண்டங்களின் மேற்கு மற்றும் கிழக்கு கடலோரப் பகுதிகளில் ஒரே வகை விலங்கு மற்றும் தாவர சிபாஸில்கள் கண்டு பிடிக்கப்பட்டன. வடஅமெரிக்காவையும் யூரேசியாவையும் சேர்ந்தபோது அப்பலச்சியன் மலைத் தொடரும், ஸ்காட்லாந்தில் உள்ள மலைகளும் ஒன்றாகச் சேர்ந்ததையும் மற்றும் ஒரே வகையான பாறை மற்றும் நில அமைப்பும் இருப்பதையும் கண்டுபிடித்தார். 1915 ஆம் ஆண்டுதான் கண்டுபிடித்த அனைத்தையும் தொகுத்து "The Origin of Continents & Oceans" என்கின்ற புத்தகமாக வெளியிட்டார். இவரது இந்தக் கொள்கையை "Theory of Continental Drift" என்று அழைப்பர்.

தகரும் இந்தியா

கமார் 2250 லட்சம் ஆண்டுகளுக்கு முன் இந்தியத் தட்டு, தற்போதுள்ள தலத்தில் இருந்து கமார் 6400 கி.மீ. தெற்கில் ஆஸ்திரேலிய மற்றும் அண்டார்ட்டிகா (தென் துருவம்) தட்டுக்களோடு சேர்ந்திருந்தது. பல புலியியற் மாற்றங்களினால் மெள்ள மெள்ள வடக்கே நகர்ந்து வந்து, தற்போது சீனப் பகுதியோடு (யூரேசிய

தோன்றுகின்றன; சமுத்திரங்கள் நருங்கி விரிகின்றன, தீவுகளும், எரிமலைகளும் உருவாகின்றன (எ.கா. இத்தோனேஷியா, ஹவாய்), கடலுக்கடியில் பழம்பெரும் நிலப்பரப்புகள் அழிக்கப்படுகின்றன, புதிய நிலப்பரப்புகள் உருவாகின்றன. இதுபோன்று உயிரினங்களும் மாற்றங்களுக்கு விதிவிலக்கல்ல.

இயற்கை விடுகதை :

கி.பி. 1912ஆம் ஆண்டு வரை, கண்டங்களின் புலியியற் அமைப்பில் எந்த

விழிப்புணர்வுக் கட்டுரை

**சாதனை மாணவர்களுக்கு  
யுவஸ்ரீ கலாபாரதி விருது**

தமிழ்நாடு மற்றும் பாண்டிச்சேரியைச் சார்ந்த பள்ளி கல்லூரி மாணவ, மாணவியருக்கு பாரதி யுவ கேந்திரா அமைப்பு சார்பில் யுவநீதகா பாரதி விருது மற்றும் சுவாமி விவேகானந்தர் விருதுகள் வழங்கப்படுகின்றன. கடந்த 11 ஆண்டுகளில் 10, 12 ஆம் வகுப்பு பொதுத்தேர்வுகளில் 80 சதவிகிதம் மற்றும் அதற்குமேல் மதிப்பெண் பெற்றவர்கள் தீதற்கு விண்ணப்பிக்கலாம். மேலும் LKG முதல் கல்லூரி வரையிலான மாணவ, மாணவியர் படிப்பு, திசை, பரதநாட்டியம், விளையாட்டு, ஓயிபம், யோகா, UC MAS, ABACUS, மற்றும் பிற துறைகளில் பரிக பெற்றவர்களும், அவர்கள் பெற்ற பரிசுக்கான சான்றிதழின் நுழைக்கல் பிரதிகளுடன் ரூ. 10 அஞ்சல் தலை ஒப்பப்பட்ட சுய விளாசரிட்ட கவனிடல் தொல்லை பாது, பிழுவனர் பாரதி யுவ கேந்திரா G 28, சாத்தி சதன் குடியிருப்பு, கோச்சடை, மதுரை-16. தொ : 94426 30815, 94439 30815. என்ற முகவரிக்கு உடன அனுப்பி டிகேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறார்கள். நிகழ்ச்சி அந்தந்த மாவட்டத்தில் நடைபெறும் தேதி, தீம் ஆகியன அவரவர்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும். விழாவின் போது ஒவ்வொருவருக்கும் எடுக்கப்படுகிற புலகப்படத்தி-ற்கான கட்டணத்தை ஒவ்வொருவரும் கண்டிப்பாக ஏற்கவேண்டும்.

[illegible]

தட்டு) கண்முக மோதியது. அந்த வரலாற்று மோதலாய், இந்தியத் தட்டின் வடக்குப் பகுதியும், யூரேசியாவின் தெற்குப் பகுதியும் வெவ்வேறு உயர்ந்து விட்டன. அவ்வாறு எழுந்த இந்திய வடபகுதியே இமய மலையாகும், மற்றும் யூரேசிய தெற்குப் பகுதியே திபெத்திய மேற்கிவங்கனாகும். இதை இமயமலை மற்றும் திபெத்தில் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட கடல்வாழ் உயிரினங்களின் படிமங்கள் உறுதிப்படுத்துகின்றன.

இந்தியத் தட்டின் இயக்கம் இன்னும் திறக்கவில்லை. முன்பு ஒரு வாடுகத்தில் 3 செ.மீ. தகர்த்து வந்த இந்தியத் தட்டின் வேகம், தற்போது குறைந்து சுமார் 3.8 செ.மீ. வேகத்தில் வடிகழக்குத் திசையில் தகர்த்து கொண்டிருக்கின்றது.

உதாரணம்: கிழக்கு?

பூகம்பங்களைத் தடுப்பது மனித உத்தியோகம் முடியாத ஒன்று. சுட்டிக்காட்டுவது என்பது இதுவரை சாதிக்காத ஒன்று. ஆனால் Global Positioning System (GPS) செயற்கைக்கோள்களின் துணை கொண்டு இன்று பூகம்ப மற்றும் புவிவியற் ஆராய்ச்சி நடத்தப்பெற்று வருகின்றன. பெருமளவில் உலகியறிப்பைத் தடுக்க, மக்களிடையே பூகம்ப அறிவும், விழிப்புணர்ச்சியும், மிகவும் அவசியமாகும்.

நாம் வாரும் இடத்தின் இயற்கை அமைப்பையும், புலியியற் வரலாற்றையும் அறிந்து எவத்துக் கொள்ளுதல், அதன்படி கட்டிடங்கள் கட்டுதல் போன்றவை அவசியம். இன்று பலர் தங்களை புலியியற் ஆராய்ச்சியாளர் என்று கூறிக்கொண்டு புகம்பம் மற்றும் களாமி பற்றித் தவறான கருத்துகளைப் பரப்பிக் கொண்டு வருகின்றனர். தொலைக்காட்சிகளும், பத்திரிகைகளும் இத்தகைய செய்திகளை வெளியிடும் போது, கவனமாக இருந்தல் வேண்டும்.

- ஓ.ஜே. சாய்கீதா, புனியியல்

ஆளாய்ச்சி மகாநாடி, திண்டுக்கூர் -  
திருவனந்தபுரம், பெங்களூர் - 37.

**ஐரோப்பியச் சுற்றுலா - தமிழக வாசகர்கள் சித்திக்க ஒரு நிமிடம்!**

இலட்சத்திற்கும் மேலாகக் கட்டணம் செலுத்தும் தாய்கள், வண்டன் டிரபால்கள் சதுக்கத்தில் நடக்கவும், பார்ஸ் வெற்றியின் வணிகம் நின்ற புனக்கப்படம் எடுக்கவும், ரோம் நகர வீதிகளில் நடக்கவும் வாய்ப்பு அளிக்கப்படுகிறதா? வெளிநாடு இக் கற்றுணைவித்து "ஷலோம்" ஒரு நிமிடம் சரிமனை தயைத் தருகிறது!!!

2008 டிசம்பர்-மே காலகாலின் வெற்றி பரவசமான, மனநாப்பியமான அனுபவங்கள்! ஐக்கியம் / வகை பேசுபார்! பங்குபெற்ற அங்கங்களுடன் பேசுனார்கள்!!!



டிசம்பர் சதுக்கம் - வண்டன்



கொலோசியம் - ரோம்

★ ஐரோப்பியச் சுற்றுலாவை 2006, 2007ம், 2008ம் ஆண்டுகளில் "ஷலோம்" ஆங்கிலத்திலும், தமிழிலும் வெற்றிகரமாக நடத்தியிருக்கிறது.

★ பயணக்கட்டணத்தில் கூட்டல், கழித்தல் இல்லை. "விருப்பமானால்" இல்லவெ இல்லை.

★ இந்திய உணவு, வாகனத்தில் துடிந் வீடியோ

★ தமிழக வழிகாட்டி தமிழில்தரும் செய்திகள்

★ ஒரு குடும்பப் பாங்கான குற்றினை.



வெற்றியின் வணிகம் - பார்ஸ்

ஐரோப்பாவின் ■ நாடுகளை, 18 நாட்களில், எந்த நிபந்தனையும், பதுட்டமும் இல்லாமல் நியாயமான கட்டணத்தில் பார்க்க அரிய வாய்ப்பு!

அந்நியச் செலாவணியின் ஏற்றத்தைக் கணக்கிட்டால் 2009 ம் ஆண்டு சுற்றுலாவின் கட்டணம் ரூ.2 லட்சத்திற்கும் மேலாக நிர்ணயிக்கப்படக் கூடும்.

தரக்கமித்து முன்பு தபஸ் கரும் ஐடி ஏற்றம் மனம் செலுத்த தகவல்களை வகைப் பேசுபார் கட்டணம்

புதுக்கு ரூ. 1,89,500/- மட்டும்  
10-04-2008 முதல் 27-09-2008 வரை  
■ நாட்கள் / 17 இரவுகள்

ஆகஸ்டு மாதம் ஐரோப்பாவின் தட்டிவெப்ப நிலை இந்தியர்களுக்கு உகந்ததாகும்.

வண்டன் பார்ஸ் கட்டணம், செலுத்தவானது 18 நாட்களில் தபஸ்கள் 24 டிரபி செல்லியும்.

**சீனா & ஹாங்காங்**

ரூ. 15 - 25 (13 நாட்கள்)

**ரூ. 1,11,500/- மட்டும்**



**SHALOM TOURS & TRAVELS (ஷலோம் டூர்ஸ் & டிராவல்ஸ்)**

16, (Old No.91), Arunachalam Street, Chinnadripet, Chennai - 600 002.

Phone & Fax : (044) 2845 3655, 2845 3764, 2845 7671, 2845 5469.

Email: shalomtravels@yahoo.com Website: www.shalomtravels.com





## நிலவுக் கம்பளம்!

மியக்கும் மாலை வேளையில்  
சூரியின் பொற்கதிர்கள் பூமியை  
விட்டு விலக...  
அழகிய பூக்கள் கண்ணிவிட்ட  
சந்திரனை அழகுத்து இனிதே  
வரவேற்க  
கண்களுக்குக் குருகும அவித்தது  
வெள்ளி நிலவு விளித்த கம்பளம்!

- இ.ரா. பத்மலெஷ்யமி, எம்.பி.ஏ.  
[இரண்டாம் ஆண்டு], சாஸ்தரா  
பல்கலைக்கழகம், தஞ்சாவூர்.

"கணக்கு மச்சர் பாடம் நடத்துமபோது  
எண்டா சாமி கும்பிடறே?"

"நான் தூங்குவதற்கு முன் சாமி  
கும்பிடுவது வழக்கம்."

- எஸ். மணிமொழி, பி.ச., [முன்றாம்  
ஆண்டு] எஸ்.கே.பி. பொறியியல்  
கல்லூரி, திருவண்ணாமலை - 606 611.



"காதல் கல்யாணத்திற்கும் பெற்றோர்  
நிச்சயித்த கல்யாணத்திற்கும் என்ன  
வித்தியரசம்?"

"நாம போய் கிணற்றிலே விழுந்தா  
அது லவ் மேரேஜ். 10 பேர் லோடது  
தள்ளிவிட்டா அது அரேஞ்சுடு மேரேஜ்."

- எஸ். மணிமொழி, பி.ச., [முன்றாம்  
ஆண்டு] எஸ்.கே.பி. பொறியியல்  
கல்லூரி, திருவண்ணாமலை - 606 611.



## இதயம்!

மலர்கள் பேரலகம் மலிபூச்சியாக  
கூடல் பேரலகம் கவிதைமாக  
வாழும் பேரலகம் வாழிட  
நீ பேர்லாய், இதயத்தில் நடமாட  
ந. சிவசிங்கம், பி.யாம்.,  
(இரந்த ஆண்டு), தாழ்ந்தடு  
நிறுத்தநிலை பல்கலைக்கழகம்,  
கிண்டி, சென்னை.





**பள்ளி சீருடைகள்**

**இலவசம்**



**Abstract:** The purpose of this study was to determine the effect of a 12-week training program on the physical fitness and health-related quality of life (HRQL) of sedentary, middle-aged women. The study was a randomized, controlled trial. The intervention group (n = 20) participated in a 12-week training program consisting of three sessions per week. The control group (n = 20) remained sedentary. The primary outcome was the change in HRQL, measured using the EuroQol-5D (EQ-5D) questionnaire. Secondary outcomes included changes in physical fitness, measured using the 6-minute walk test (6MWT) and the 10-meter walk test (10MWT). The results showed that the intervention group had a significant improvement in HRQL and physical fitness compared to the control group. The findings suggest that a 12-week training program can improve the physical fitness and HRQL of sedentary, middle-aged women.

**Abstract.** The authors present a new method for the analysis of the dynamic behavior of a system. The method is based on the use of the Laplace transform and the Fourier transform. The authors show that the method is applicable to a wide class of systems and that it can be used to determine the system's response to a step input. The authors also show that the method can be used to determine the system's response to a sinusoidal input. The authors conclude that the method is a powerful tool for the analysis of dynamic systems.



2000

\_\_\_\_\_

© 2000 Blackwell Science Ltd, *Journal of Internal Medicine* 247: 399–406

**BOMBAY DYEING  
UNIFORMS**

[illegible]

Source: <http://www.fishbase.org>

**அடிச்சாங்க பரிசு!**

ஆதார் பரிசு (மே 2008) பெறப்படவில்லை. எனது ஒரு கிண்ணப்பதனம் நம் ஃபோட்டோவை இணைத்து அனுப்பும்பொழுது ஃபோட்டோவை விளக்கும் பெயர், முகவரி ஆகியவற்றை எழுதி அனுப்புக. ஃபோட்டோ சரியாக ஒட்டப்படாமல் கீழே விழுந்து விட்டால் மீண்டும் இணைப்பதற்கு உதவியாக இருக்கும்" என்ற குறிப்பை எழுதி ரூ. 150/- பரிசு பெறுகிறார் உமா ஸ்ரீதேவி ராமன், மதுரை. அதே டிப்ளோமா சிறந்ததாத் தேர்வு செய்த பல வசதிகளில் குறுக்கை முறையில் ரூ. 150/- பரிசு பெறுகிறார் திருமதி உமாதேவி ஜனார்த்தனன், கோவை - 12.

இந்த இதழில் "ஆலா 50" என்ற தலைப்பில் இடம்பெற்றுள்ள டிப்ஸ்களைப் படிங்கள். மிகச் சிறந்த ஒரே ஒரு குறிப்பைத் தேர்ந்தெடுத்து, எழுதி அனுப்புங்கள். உங்கள் தேர்வும், ஆசிரியர் குழுவின் தேர்வும் பொருத்தினால் குலுக்கல் முறையில் ரூ. 150/- மிக! தேர்ந்தெடுப்பவருக்கு மட்டுமல்ல, அந்தக் குறிப்பை எழுதியவருக்கும் ரூ. 150/- மிக! "ஜென்-ஆலா பரிசு!" என்று மறக்காமல் குறிப்பிட்டு, பக்க எண், வாசலி பெயருடன் அஞ்சல் அட்டைவில் மட்டுமே எழுதி அனுப்புங்கள்.

கடைசித் தேதி: 15.6.2008

கிவிவ்வதான் அங்க

உலகப் புகழ்பெற்ற வி.ஜி.பி.

அவர், ஓர் இளம்பெண்

ஊடல் கிசுக்கப்பட்ட

பொது உலகமே அவளை ஒரு

மாதிரியாகப் பார்க்குது. விவகாரம்

மேற்காடி, பாபாவுமன்றம். அவளைக் கண்

டிப்பதற்குக் கொண்டனையைக் கொண்டதுக்

கொண்டது பொது உலகமே நடக்காத மாதிரி.

"நான் இருக்கிறேன் உனக்கு" என்

கிற பாயிஸின் கைகொத்தபடி மற்ற

நான் கால்க்கும் போலானோ ஹ்வான்

கிவிவ்வான். அவர் ஓர் அகிலப்

பிரேமி. எங்கே நிம்மதி என்று அனை

யாமல் இங்கே நிம்மதி என்று புர்த்து

கொண்டவர். அமெரிக்காவின் பிரதிக

இந்தியப் பெண். அவர் கிவிவ்வான் என்

புர்த்து கொண்ட மற்றொரு பெண்ணின்னை

கொண்டுகள் மிக்க ஒரு பெண் மன்களை

அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளச் சித்தமாக

இருந்தார். சி. இதை விடுங்கள்.

ஆண்கள் எவ்வளவு வித்திரிமானவர்

கள் என்பதை விளக்க இம்மூன்று ஒரு

வேடிக்கையான சம்பவம் சொல்கிறேன்

கொஞ்சம் சிந்திப்பீட்டு. மீதகு கொப்ப



மருங்கன் ஓர் ஆண் அடிக்கடி

கொய்களாம் சிந்திக்கப்பட்டார்.

மருந்து மருத்துவம் என்று ஒன்றை

அளவத்து கொண்டிருந்தார். அவை

குத்து ச. சிவன் எங்கே விவாதி எவ்வளவு

வி. மன்கின் எங்கே குறைபாடு. அதனால்

கால் அவருக்கு ஒரோடு இப்படி

## பெண்ணே

கொண்டை கொடுக்கிறது என்று கண்டறிந்த

தந்தர். மருத்துவர், அவரை ஒரு நல்ல

மன்களை மருத்துவரிடம் அனுப்பி வைத்தார்.

அவரது கொள் கொள்கை Psychosomatic

என்று கண்டறிந்த மன்களை மருத்துவர்

அவருக்கு AutoSuggestion யுத்தியைக்

கொண்டிக் கொடுத்தார். நான் கொள்கை

கொண்ட வாழ்க்கையும். "நான்

மிகவும் ஆரோக்கியமாக இருக்

கிறேன்" என்கிற மந்திரம்



எதக் கண்ணாடி முன்பு நின்று  
இருபத்தைந்து முறை சொவ்  
லும்படி யோனை கூறினார்.  
என்ன ஆச்சர்யம்! மத்திரம்  
பலிக்கத் தொடங்கியது. தல்ல  
உடல் நலம் பெற்றார்  
அவர். எந்த நோயும்

## ● சுகிசிவம்



அவரை நெருங்கவே இல்லை  
ஏக மகிழ்ச்சி அவருக்கு.

என்னதான் உடல்நலம்  
பெற்றாலும் மனைவியிடம்  
அதிக நெருக்கம் வைத்துக்  
கொள்ளவில்லை அவர். மண்  
வாழ்வில் ஆரம்ப காலத்தில்  
இருந்ததுபோல் இல்லை.

# நீ வாழ்க!

நாளாவட்டத்தில் மனைவியை நெருங்கு  
வதில் ஆர்வம் குறைந்தவராகவே இருந்  
தார்.

இதற்கும் அதே மனநல மருத்துவரைச்  
சந்தித்து வழி கேட்டால் நல்லது என்று  
மனைவியிக்குத் தோன்றியது. கணவுரை



வற்புறுத்தினான். கணவனும் மனைவியிடம் நெருக்கமும் ஆர்வமும் ஏற்பட ஏதாவது மந்திரம் சொல்வித்தர முடியுமா என்று மனநல மருத்துவரிடம் யோசனை கேட்டார். அவரும் ஒரு மந்திரம் சொல்லித் தந்தார். கணவரும் மந்திரம் சொல்லத் தொடங்கினார்.

எவ்வ ஆச்சர்யம்... கொஞ்ச நாட்களில் கணவர் திருமணமான புதிது போல மனைவியிடம் அதிக நெருக்கம் காட்டினார். மனைவிக்கு ஏகப்பட்ட மகிழ்ச்சி. உடனே அவள் இப்போது மனநல மருத்துவர் சொல்லித் தந்த மந்திரம் என்ன என்று தெரிந்து கொள்ள ஆசைப்பட்டாள். ஆனால், நான் ஆரோக்கியமாக இருக்கிறேன் என்ற மந்திரத்தை உரக்கச் சொல்வது



## பலம் கிருவரை எப்போதும் கிணைப்பதில்லை

போல, இந்தப் புதிய மந்திரத்தை அவர் உரக்கச் சொல்வது இல்லை. இரகசியமாகவே சொல்லிக்கொண்டிருந்தார். அவன் அது என்ன மந்திரம் என்று கேட்டால், ஒரு நழுட்டுச் சிரிப்புடன் நழுவி விடுவார். மனைவிக் கொ ஏகப்பட்ட ஆர்வம்.

ஒருநாள் குளியல் அறையில் கணவர் புதிய மந்திரத்தை இருபத்தைந்து முறை சொல்லிக்கொண்டிருந்ததை அவள் யதேச்சையாகக் கேட்க நேர்ந்தது. மந்திரம் என்ன தெரியுமா.. ''அவள் என் மனைவி அல்ல..'' ''அவள் என் மனைவி அல்ல..'' மனைவியை மனைவி அல்ல என்று மனம் நம்பிய பிறகு அவள் மீது அவருக்கு அப்படியொரு ஆர்வம்.

ச.. இப்படி எல்லாம் எழுதலாமா என்று என்னையாரும் கேயித்துக்கொள்ள வேண்டாம்... இப்படி எல்லாம் இல்லையா... என்று சமூகத்தைப் பார்த்து நீங்களே உரக்கக் கேளுங்கள். 104 டிகிரி ஜூரம் இருக்கிறது என்று தர்மா மீட்டர் காட்டினால் தர்மாமீட்டரைக் கோபித்துக் கொள்ள

லாமா? கொன்று ஏதோ உருவாகி இருக்கிறது என்று எக்ஸ்-ரே படம் காட்டினால் எக்ஸ்-ரே கருவியிடம் சண்டைக்கு வரலாமா அப்படி. என்னோடு சண்டைக்கு வந்தால் நான் எதுவும் செய்ய முடியாது.. ஆண்களில் பலர் வக்கிர மனம் உடையவர் கள்தான். அவர்களைத் திருத்துவது அத்தனை கடினமல்ல.. அதைக் காரணம் காட்டி ஓயாமல் சண்டை போடுவார்களே அவ்வது பெண்ணும் நாசமாவதோ அத்தனை நல்லதல்ல.

அதற்காக ஆண்கள் அத்தனை பேரும் அயோக்கியர்கள். பெண்கள் எல்லோருமே அக்ஷி ஜ்வாலைகள் என்று குற்றத்தைக் காட்டி நான் அறிவிக்கவில்லை. மூன்வர் நான் கொடுத்த பட்டியலில் இடம்பெற வேண்டிய பெண்களும் உண்டு. ஒரே ஒரு உதாரணம்... ஈழ மகாநாணி சுதர்வா என்பவள். அவள் தன் அந்தப்புரத்தில் ஆயிரக்கணக்கான அழகிய வலிபெயரிக்க ஆண்களைக் குடிவைத்து, வாழ்மை அனுபவித்தாள் என்றும் படித்திருக்கிறேன். இப்படியும் நடந்திருக்கிறது. சரி.



நீண்ட காலம் இருவர் தொடர்ந்து கணவன் மனைவியாக வாழ்வது அவ்வளவு கலப்பமான காரியமா என்ன? சில ரோடு பதினைந்து இருபது நிமிடம் பக்கத்து பக்கத்து இருக்கையில் இருந்தபடி பேருந்துப் பயணம் செய்வதே பரங்கர நாகமாக இருக்கும். நேரடியாக அவர் நம்மிடம் எந்த வம்பும் வளர்க்காவிட்டாலும் சகித்துக் கொள்ள முடியாதபடி சங்கடப் படுத்துவார். அவர் பையைத்தான் திறக்கிறார் என்றாலும் அடிக்கடி திறப்பது, மூடுவது, அதிலிருந்து எதையோ எடுப்பது, உள்ளே திணிப்பது, உள்ளே திணித்ததை மறுபடி எடுப்பது என்று ஏதாவது செய்து நம்மை எரிச்சல் அடையச் செய்வார். ஆனால் அது அவர் இஷ்டம். கோப்பபட

மனப்பான்மை உள்ளவர்கள்தான் இறுதிவரை இணைந்திருக்க முடிகிறது. நான் நூறு நீ நூறு என்று கணவன், மனைவி தனித்தனி திவுகளாக இயங்காமல் நான் பாதி, நீ பாதி என்று திட்டமிட்டே சார்புணர்வை வளர்த்துக் கொள்வது புத்திராஸித்தனம். மரணம் அவ்வது வேறு சாரணங்களால் சார்பின்றி இயங்க நேரும் காலங்கள் தவிர பிற காலங்களில் திட்டமிட்டே சார்பு வாழ்வை ஏற்படுத்திக் கொள்வது அவசியம். சமூக நிர்ப்பந்தத்தால் பெண்ணடிமைத்தனத்துடன் கூடிய சார்பு வாழ்வை விட்டு விட்டு, தாங்களாகவே மனமுயர்ந்து சார்பு வாழ்க்கையை ஏற்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

ஆனால் அநேக சமயம் எதிர்பார்ப்பு

களை வளர்த்துக் கொள்ளக் கூடாது. எதிர்பார்ப்புகள் தான் சம்சார சாகரத்தின் கனாமி. எதிர்பார்ப்புகளை வெளிப்படுத்தலாம். எதிர்த் தரப்பின் எதிர்பார்ப்புகளையும் உள்வாங்கலாம். நிறைவேற்றக்கூடிய எதிர்பார்ப்புகளை வஞ்சனையில்லி, பகையின்றி, சோம்பலின்றி இருவரும் நிறைவேற்றலாம். ஆனால் நிறைவேற்ற முடியாத வற்றை நிறைவேற்ற முடியாது என்று புரிந்து கொண்டு நிம்மதியாக விட்டு விடலாம்... அவற்றின் மீது தேவையற்ற சூற்ற உணர்வை தயவு

செய்து வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டாம். எதிர்க்கார்ப்பு நிறைவேற்றாத போதும் சூற்றம்சாட்டாமல் விட்டு விடலாம். இது தான் இனி சாத்தியம்!

(தொடரும்)

## வீனம்தான் இணைக்கிறது!

நமக்கு உரிமை இல்லை. அடுத்த நிறுத்தத்தில் அவர் இறங்கிவிட வாய்ப்புண்டு என்கிற ஒரே நம்பிக்கையில் உயிரைக் கையில் பிடித்தபடி உட்கார்ந்திருப்போம். இது அப்படி இருக்க, ஒரு நபர் தன் முழு மனித வாழ்வை இன்னொரு நபருடன் இணைந்து வாழ்வது அவ்வளவு கலப்பமான என்ன?

இணைந்து வாழ வைப்பது அன்பு, கருணை, இரக்கம், பாசம் என்றெல்லாம் கதை அளப்பதை விட்டு விட்டு யதார்த்தமான உண்மைக்கு வருகிறேன். பலம் இருவரை எப்போதும் இணைப்பதில்லை. அது போர்ப் பிரகடனம் செய்கிறது. ஆனால் பலவீனம்தான் இணைக்கிறது. சமரசம் செய்ய வழிவகுக்கிறது. ஆம். சார்பு





● 2017 年 12 月 1 日

கும்போது உருண்டையாக இருப்பதால் ஆது தெறித்து ஓடும். இதைத் தவிர்க்க பிளாஸ்டிக் கவரில் கண்டைக்காரைய போட்டு வாய்ப்புறத்தை கட்டி விட்டு நகக்கலாம். இதனால் காயும் ஓடாது. எளிதாகவும் நகக்கி விடலாம்.

- என். கல்பனா ராமன்,  
இருக்கோவிலார்.

**ஓடாமல் நசுக்கலாம்!**

புணை பிடிக்கும் பழக்கத்தை விட முடியாதவர்களுக்கு அகத்திர்க்கீன சிறந்த அருமருந்து. புணை பிடிப்பதால் மூக்கக் குழாயிலும், இருதயத்திலும் படியும் விஷத்தன்மையை அகத்திர்க்கீன முறியடிக்கும்.

- வள்ளரி சாமகிருஷ்ணன்,  
திருவனந்தபுரம்

வேப்ப எண்ணெயை மஞ்சள்  
சேந்தும் குணமுத்து ரித்தபொடிப்பு மீது  
தடவ விரைவில் குணமாகும்.

- 10. சென்னை, தமிழ்நாடு.

பள்ளி மாணவ, மாணவிகளுக்கு வழங்கப்பட்டிருக்கும் அடைமான அட்டை யில் அவர்கள் பள்ளி, முகவரி, படிக்கும் வகுப்பு குறிப்பிடப்பெற்ற போல அவர் களுடைய இரத்தம் என்ன வகை என்பதையும் அவசியம் குறிப்பிட வேண்டும். ஆபத்துக் காலத்தில் அது அவர்களுக்கு மிகவும் உதவியாக இருக்கும்.

\* எஸ். சாமபந்தரன், தஞ்சாவூர்.

காண்ட போய் வீட்டதா? செழைந்த  
வந்தியை ஏற்று வேண்டுமா? தீப்பெட்ட  
காயக் காணவில்லையா? கவலைபெ  
வேண்டாம். காஸ் அடுப்பை வைத்தவர  
கொண்டு பற்றவைத்து (அநேகமாக)  
எல்லா வீடுகளிலும் வைட்டர் அடுப்பி  
பக்கத்தில்தான் இருக்கும்) அதன் மூலம்  
செழைந்தியை ஏற்றலாம்.

- மீனாட்சி நாகராஜன், பம்பே.

[illegible]

எதி. மாநாடு, கோவை 1973.

தோடு, முக்குத்தி போன்ற நகைகளின் திருகாணி லுராசரிப் போகாமல் உலர்ந்த சோப்பில் திருகாணியை குரு அழுத்து அழுத்திவிட்டுப் போட்டால் திருகாணி இறுக்கமாக இருக்கும்.

- எம். மரதுங்கி, சென்னை - 4.

**கேள்! எல்லாருமே ஆணா 50% தான்!**

என்றும் உங்களுடன்

# மங்கையர் மலர்

சந்தா கட்டுங்க! அன்பளிப்பு பெறுங்க!

ஒராண்டு சந்தாவிற்கு அனுராதா ரமணனின்

ரூ. 35/- பெறுமானமுள்ள

"கை நிறைய பூ" புத்தகம் அன்பளிப்பு!

(மங்கையர் மலரில் வெளிவந்த சிறுகதைகளின் தொகுப்பு)

ஒராண்டு சந்தா ரூ.225/-

☐ எனக்கு ஒரு சந்தா ப்ளீஸ் [எனக்கு அன்பளிப்பு]

☐ என் நண்பருக்காக சந்தா செலுத்துகிறேன்

[எனக்கு அன்பளிப்பு]

☐ எனக்கும், என் நண்பருக்குமாக சந்தா வேறுங்க!

[அன்பளிப்பு இருவருக்கும்]

இத்தகடன் ☐ ரூ. 225/- ☐ ரூ. 450/- அனுப்பியிருக்கிறேன்

என் முகவரி :

Phone/ Email :

நண்பரின் முகவரி :

Phone/ Email :

● கத்தாய்மான நேளவைய மங்கையர் மலர் என்ற பெயருக்கு  
புனன்ட் புரப்ட்ட./மனிபாப்ட்டர் அல்லது சென்னை ஈசோகையாகவோ  
அனுப்பி வைக்கவும்.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :

சங்குமேனான் மேனேஜர், பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் (பி) லிமிடெட்,

கப்பி பிஸ்புயம், 47-NP ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,

நக்கெடுதாங்கல், சென்னை - 600 011.



கிரீந்திச்  
சதுரை  
ஆகஸ்ட் 15,  
2008-வரை



# കേൾക്കാൻ വേണ്ടത്?



சாஸ்திரிகல் ஆங்கிலாஸாஸ்திரிகல், சேஷமேவாதெதரிகல் அமைந்ததும் குருபாஸாஸ்திரிகல்

தேவநகரம் அருகேயுள்ள சிவகாம நாயக்கன் கட்டிடம் 27-ஆம் தரம் (தேவநகரம் துறைமுகம் அருகே) அமைந்துள்ளதாகத் தெரிகிறது. (1975) 85 ஆம் ஆண்டிலுள்ள கணக்குகள், தேவநகரம் அருகே, சிவகாமநகரம் கட்டிடம் அமைந்து உள்ளது என்பதை உறுதிப்படுத்தி உள்ளது. (தேவநகரம்)

மேல்கண்டவாறு செய்து 50 வருஷமாகிவிட்ட  
புறமேல் புத்திரியை விட்டுப் புதிய புறமேல்  
DLA என்று (INDIAN MARINE TEST 82)  
அதே பெயரில் 47 டன் பெட்டிகள் துறைமுக  
தெரிவோடு வந்தன. இவை எல்லாம் மீட்டர் 10

[illegible]

பேகன்சர் எக்சுலுசு வுதிரிந்துவுடனே ஹோயாளிகைய நேரிஸ் அகழத்து வரதுங்கன்  
முதறையங்க வுதர்துகிணைந்து பேகன்சர் திவிச்சாசைய பெறுங்கன்.



**We have no branches**





# இவ்வளவு மலிவா தங்கம்

உலகில் கிடைக்காது எங்கும்

916 தங்க நகைகள் கிராம் ஒன்றுக்கு



# 45



லலிதா ஜிவல்லரி மார - (பி) விமலம்

# மாங்கையர் மலர்

ஜூன் 2008 இதழுடன் இணைப்பு



ஸ்கூல் 64!

# மாங்கையர் மலர்

ஜூன் 2008 இதழுடன் இணைப்பு



ஸ்கூல் 64!

ஜின் மாதம் பள்ளி திறக்கும் மாதம். எனவே, எந்த  
வகுப்பில் சேருவதானாலும் குழந்தைகளுக்கு ஸ்ரீ ஹயக்ரீவ  
பெருமானின் ஸ்லோகமாகிய

ஞானானந்தமயம் தேவம்

பொலஸ்பதிகாக்குதிம்

ஆதாரசாவ வித்யானாம்

ஸ்ரீ ஹயக்ரீவ முபாஸமகே

எனும் துதியை தினமும்

கறிவிட்டுப் படிக்க ஆரம்பிக்க

கறினால் அவர்கள் எல்லாம்

பாடங்களிலும் முதன்மை

பெறுவது உறுதி!

ஜி. ஜெயலெட்சுமி, சிட்லபாக்கம்.

**மங்கையா மலர்**

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத ஜூன்

ஜின் மாதம் பள்ளி திறக்கும் மாதம். எனவே, எந்த  
வகுப்பில் சேருவதானாலும் குழந்தைகளுக்கு ஸ்ரீ ஹயக்ரீவ  
பெருமானின் ஸ்லோகமாகிய

ஞானானந்தமயம் தேவம்

பொலஸ்பதிகாக்குதிம்

ஆதாரசாவ வித்யானாம்

ஸ்ரீ ஹயக்ரீவ முபாஸமகே

எனும் துதியை தினமும்

கறிவிட்டுப் படிக்க ஆரம்பிக்க

கறினால் அவர்கள் எல்லாம்

பாடங்களிலும் முதன்மை

பெறுவது உறுதி!

ஜி. ஜெயலெட்சுமி, சிட்லபாக்கம்.



கிராமப்புற பள்ளி மாணவ  
மாணவிகள் பெரும்பாலும் செருப்பு  
அணிவதே இல்லை. இவர்களின்  
தரல் பாதம் வழியாக பல்வேறு  
தொற்றுக்கிருமிகள் செல்ல வாய்ப்பு  
உள்ளது. எனவே ஆசிரியர்கள்  
அவர்களின் பெற்றோரிடம்  
அன்பாக எடுத்துக்கூறி காலணிகள்  
வாங்கித்தரச் சொல்லலாம்.  
இதனால் மாணவர்களின் சுகாதார  
வாழ்வு சற்றே மேம்படும்.  
கு. லதா, கும்பகோணம்.



**ஸ்கூபல் 64**

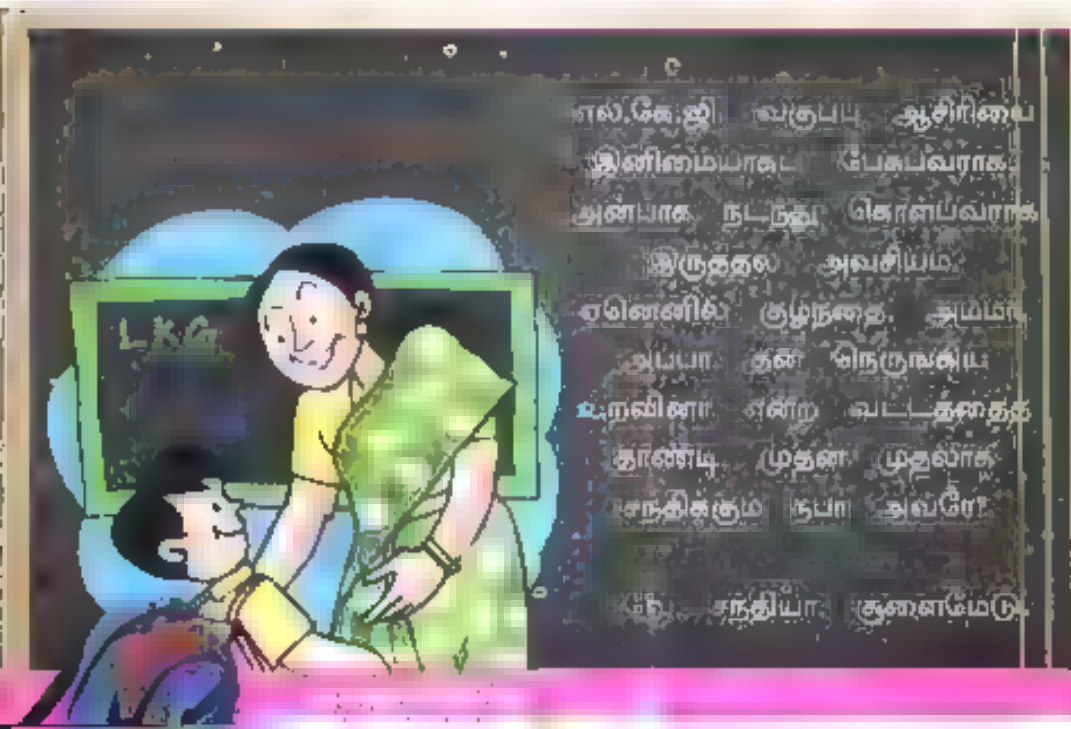
கிராமப்புற பள்ளி மாணவ  
மாணவிகள் பெரும்பாலும் செருப்பு  
அணிவதே இல்லை. இவர்களின்  
தரல் பாதம் வழியாக பல்வேறு  
தொற்றுக்கிருமிகள் செல்ல வாய்ப்பு  
உள்ளது. எனவே ஆசிரியர்கள்  
அவர்களின் பெற்றோரிடம்  
அன்பாக எடுத்துக்கூறி காலணிகள்  
வாங்கித்தரச் சொல்லலாம்.  
இதனால் மாணவர்களின் சுகாதார  
வாழ்வு சற்றே மேம்படும்.  
கு. லதா, கும்பகோணம்.



**64**



ஸ்கூலுக்கு வகுப்பு ஆசிரியை  
 இனிமையாகப் பேசுவதாக  
 அன்பாக நடந்து கொள்வதாக  
 இருந்தல் அவசியம்  
 ஏனெனில் குழந்தை அம்மா  
 அப்பா தன் நெருங்கிய  
 உறவினா என்ற வட்டத்தைத்  
 தாண்டி முதன் முதலாக  
 சந்திக்கும் நபர் அவரே!  
 ஆகவே சந்தியா குளைமேடு.



ஸ்கூலுக்கு வகுப்பு ஆசிரியை  
 இனிமையாகப் பேசுவதாக  
 அன்பாக நடந்து கொள்வதாக  
 இருந்தல் அவசியம்  
 ஏனெனில் குழந்தை அம்மா  
 அப்பா தன் நெருங்கிய  
 உறவினா என்ற வட்டத்தைத்  
 தாண்டி முதன் முதலாக  
 சந்திக்கும் நபர் அவரே!  
 ஆகவே சந்தியா குளைமேடு.

‘ரேங்குகள்’ வாங்கும்  
பள்ளிகள்தான் சிறந்த பள்ளிகள்  
என்ற எண்ணத்தை விட  
வேண்டும். அந்தப் பள்ளிகளில்  
இடம்பிடிக்க காலத்தை  
வினாக்குவதை விட  
திறமையான, தரமான ஆசிரியர்  
கள் பணிபுரியும் பள்ளிகளைத்  
தேர்ந்தெடுத்து பிள்ளைகளை  
சேர்க்க முன்வரவேண்டும்.  
கே. மகாலெட்சுமி  
திண்டுக்கல்.

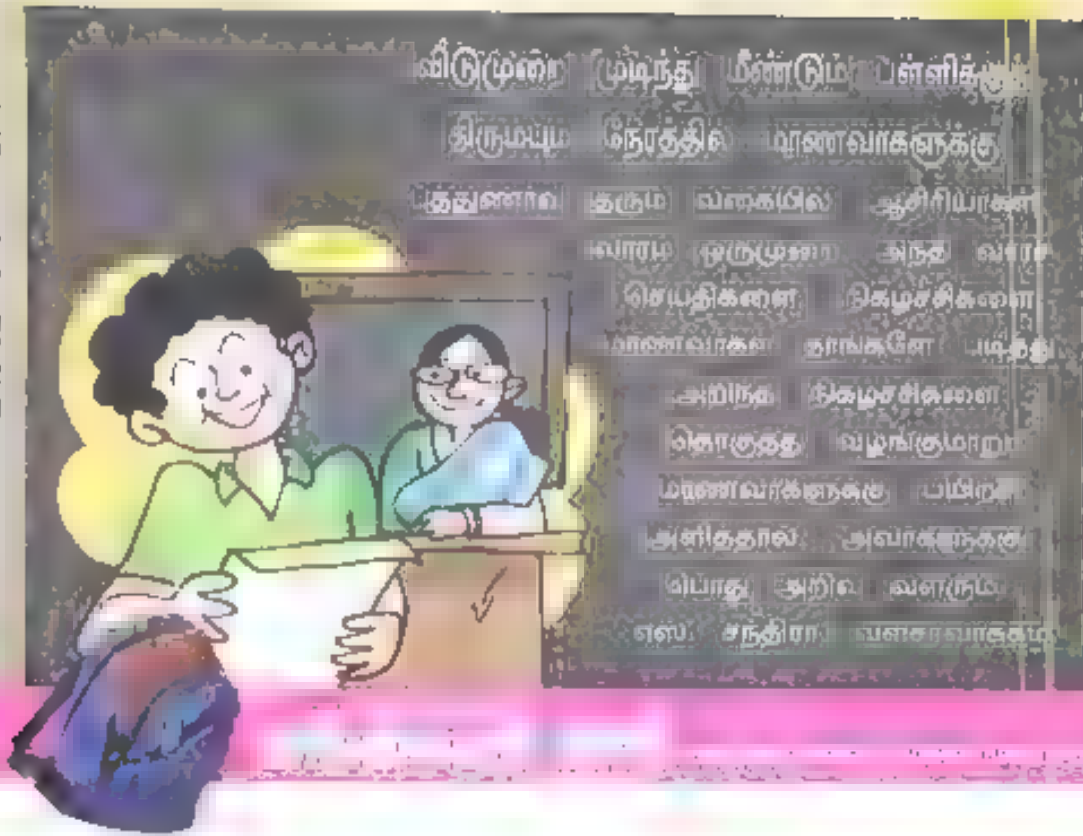
64

ஸ்கூல்

‘ரேங்குகள்’ வாங்கும்  
பள்ளிகள்தான் சிறந்த பள்ளிகள்  
என்ற எண்ணத்தை விட  
வேண்டும். அந்தப் பள்ளிகளில்  
இடம்பிடிக்க காலத்தை  
வினாக்குவதை விட  
திறமையான, தரமான ஆசிரியர்  
கள் பணிபுரியும் பள்ளிகளைத்  
தேர்ந்தெடுத்து பிள்ளைகளை  
சேர்க்க முன்வரவேண்டும்.  
கே. மகாலெட்சுமி  
திண்டுக்கல்.

64

ஸ்கூல்





பெண் குழந்தைகள் ஐந்தாம்,  
ஆறாம் வகுப்புகளிலேயே பருவம்  
அடைந்துவிடும். இன்றைய  
காலத்தில் பயம், பதற்றம் ஏற்படு  
வதைத் தடுக்க பெற்றோர்கள்  
ஆசிரியர்களிடம் தெரிவித்துவிட்டு  
உடன் இரண்டு நாப்கின்களையும்  
கொடுத்துவிட்டுச் செல்லது  
நல்லது. ஆசிரியர்களும் அந்த  
மாணவிகளைக் கனிவோடு  
கவனித்து க்காதாரம் பேண  
வைக்கலாம்.

ஜே. டெய்சிராணி, கோவை



**ஸ்கூல் 64**

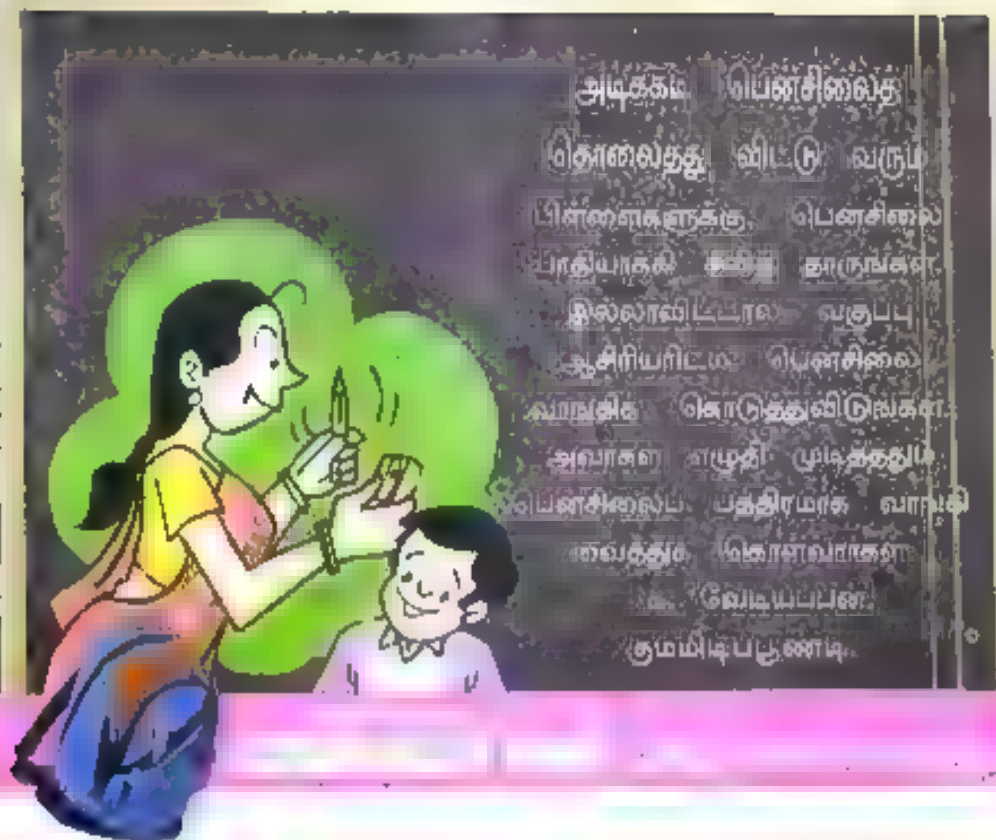
Supplement to Mangayin Malar June 2000

பெண் குழந்தைகள் ஐந்தாம்,  
ஆறாம் வகுப்புகளிலேயே பருவம்  
அடைந்துவிடும். இன்றைய  
காலத்தில் பயம், பதற்றம் ஏற்படு  
வதைத் தடுக்க பெற்றோர்கள்  
ஆசிரியர்களிடம் தெரிவித்துவிட்டு  
உடன் இரண்டு நாப்கின்களையும்  
கொடுத்துவிட்டுச் செல்லது  
நல்லது. ஆசிரியர்களும் அந்த  
மாணவிகளைக் கனிவோடு  
கவனித்து க்காதாரம் பேண  
வைக்கலாம்.

ஜே. டெய்சிராணி, கோவை



**ஸ்கூல் 64**



அடிக்கடி பென்சிலைத்

தொலைத்து விட்டு வருபு

பிள்ளைகளுக்கு, பென்சிலை

பாதுயாகக் கிடைத்தால்தான்

தில்லாவிட்டால் வருப்பு

ஆசிரியரிடம் பென்சிலை

வாங்கிக் கொடுக்கிறார்கள்.

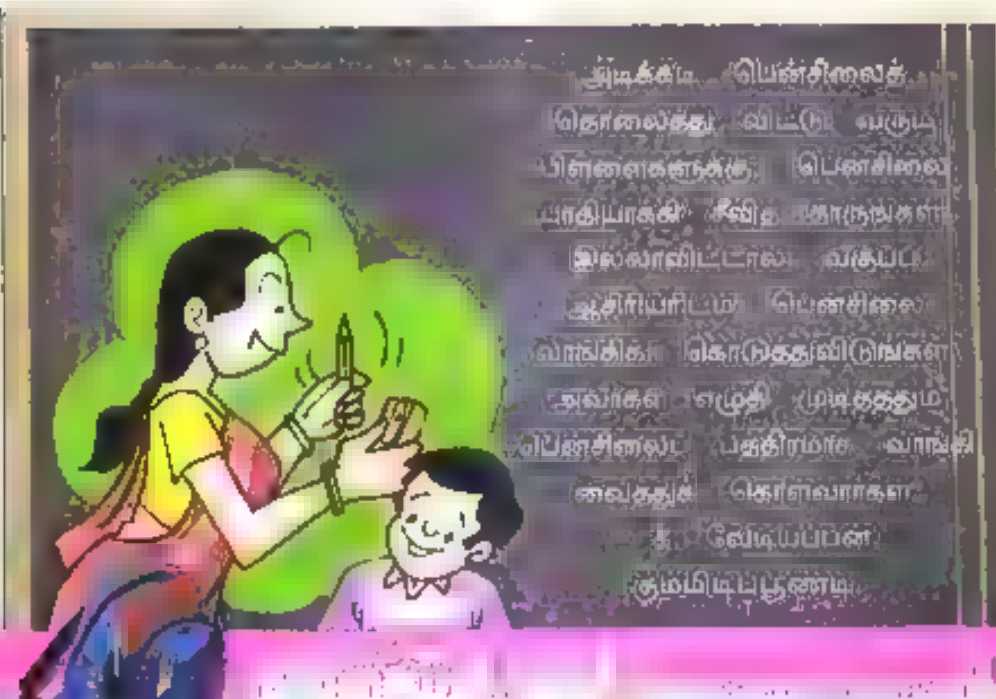
அவர்கள் எழுதி முடித்ததும்

பென்சிலைப் பத்திரமாக வாங்கி

வைத்துக் கொள்வார்கள்.

தம் வேடியப்பன்

குமமிடிப்பூண்டி.



அடிக்கடி பென்சிலைத்

தொலைத்து விட்டு வருபு

பிள்ளைகளுக்கு, பென்சிலை

பாதுயாகக் கிடைத்தால்தான்

தில்லாவிட்டால் வருப்பு

ஆசிரியரிடம் பென்சிலை

வாங்கிக் கொடுக்கிறார்கள்.

அவர்கள் எழுதி முடித்ததும்

பென்சிலைப் பத்திரமாக வாங்கி

வைத்துக் கொள்வார்கள்.

தம் வேடியப்பன்

குமமிடிப்பூண்டி.

விஞ்ஞானம் சரித்திரம்  
கணக்கு போன்ற பாடங்களை  
ஸலைடு அல்லது வீடியோ  
மூலம் டி.வி.யில்  
செயமுறையைக் காண்பித்து  
விளக்கினால் குழந்தைகளுக்குச்  
சுட்டென்ற மனதில் பரியும்  
வகுப்பிற்கு ஒரு டி.வி. செய்  
வைத்தால் இது சாததியம்  
ஷியாமளா சுவாமிநாதன்  
திருவனந்தபுரம்



ஸ்கூல் 64

விஞ்ஞானம் சரித்திரம்  
கணக்கு போன்ற பாடங்களை  
ஸலைடு அல்லது வீடியோ  
மூலம் டி.வி.யில்  
செயமுறையைக் காண்பித்து  
விளக்கினால் குழந்தைகளுக்குச்  
சுட்டென்ற மனதில் பரியும்  
வகுப்பிற்கு ஒரு டி.வி. செய்  
வைத்தால் இது சாததியம்  
ஷியாமளா சுவாமிநாதன்  
திருவனந்தபுரம்



ஸ்கூல் 64

ஸ்கூல் என்றாலே தண்டனை தரும் இடம்  
என்ற மனப்போக்கை குழந்தைகளுக்கு  
தராமல் இருப்பது பெற்றோரின்  
முதல் கடமை சாதனைகள்  
செய்ய உதந்த இடம் என்பது  
போன்ற பாஸிடிவ்  
எண்ணங்களை  
ஏற்படுத்தினால் ஸ்கூல்  
போல் அடம்பிடிப்பது  
பெரிய சாகசு சொல்லி  
தவிர்ப்பது போன்றவை குறையும்  
ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்.



ஸ்கூல் என்றாலே தண்டனை தரும் இடம்  
என்ற மனப்போக்கை குழந்தைகளுக்கு  
தராமல் இருப்பது பெற்றோரின்  
முதல் கடமை சாதனைகள்  
செய்ய உதந்த இடம் என்பது  
போன்ற பாஸிடிவ்  
எண்ணங்களை  
ஏற்படுத்தினால் ஸ்கூல்  
போல் அடம்பிடிப்பது  
பெரிய சாகசு சொல்லி  
தவிர்ப்பது போன்றவை குறையும்  
ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்.





வகுப்பறையிலிருந்து  
ஆசிரியர்கள் மாணவ  
மாணவிகளை தங்கள்  
சொந்த வேலையில்  
நிமித்தம் வகுப்புகள்  
வெளியே எககாரணம்  
கொண்டும் அனுப்பக்  
கூடாது.  
புவனா சாமா சீகாழி



ஸ்கூல் 64

வகுப்பறையிலிருந்து  
ஆசிரியர்கள் மாணவ  
மாணவிகளை தங்கள்  
சொந்த வேலையில்  
நிமித்தம் வகுப்புகள்  
வெளியே எககாரணம்  
கொண்டும் அனுப்பக்  
கூடாது.  
புவனா சாமா சீகாழி



ஸ்கூல் 64

குழந்தைகளின் பள்ளிக்குச் செல்லும்போது அப்படியே

பாதரும்க்கும் ஒரு விகிதம் செய்யுங்கள் அதில் உள்ள

குறைகளை எடுத்துச் சொல்லி

உடனே நிவர்த்தி செய்யுமாறு

தலைமை ஆசிரியரிடம் புகார்

கொடுங்கள். பாதரும் கத்தமாக

இல்லாவிட்டால் குழந்தைகள்

சிவந்த கழிக்காமல் அடக்கி

வைப்பர். இதனால் பல

வியாதிகள் உருவாகும் அபாயம்

உண்டு.

தஸ்மில்லா அஸ்கர் கழககரை.



குழந்தைகளின் பள்ளிக்குச் செல்லும்போது அப்படியே

பாதரும்க்கும் ஒரு விகிதம் செய்யுங்கள் அதில் உள்ள

குறைகளை எடுத்துச் சொல்லி

உடனே நிவர்த்தி செய்யுமாறு

தலைமை ஆசிரியரிடம் புகார்

கொடுங்கள். பாதரும் கத்தமாக

இல்லாவிட்டால் குழந்தைகள்

சிவந்த கழிக்காமல் அடக்கி

வைப்பர். இதனால் பல

வியாதிகள் உருவாகும் அபாயம்

உண்டு.

தஸ்மில்லா அஸ்கர் கழககரை.



அறுவை சிகிச்சை

நடந்திருந்தாலோ அல்லது

உடலநிலையைப்

பாதிக்கக்கூடிய நோய் அல்லாது

இருந்தாலோ புள்ளி

நிர்வாகத்திடம் மற்றும் வரப்ப

அடிரியரிடம் சொல்லிவிட்டால்

கண்டிப்பு அதிகம் காட்டாமல்

இருப்பார்கள் இதனால்

வேண்டாத சர்ச்சைகளுக்கு

முற்றுப்புள்ளி வைக்கலாம்

கஜாதிரி, சென்னை 17



எப்சவஸ் 64

அறுவை சிகிச்சை

நடந்திருந்தாலோ அல்லது

உடலநிலையைப்

பாதிக்கக்கூடிய நோய் அல்லாது

இருந்தாலோ புள்ளி

நிர்வாகத்திடம் மற்றும் வரப்ப

அடிரியரிடம் சொல்லிவிட்டால்

கண்டிப்பு அதிகம் காட்டாமல்

இருப்பார்கள் இதனால்

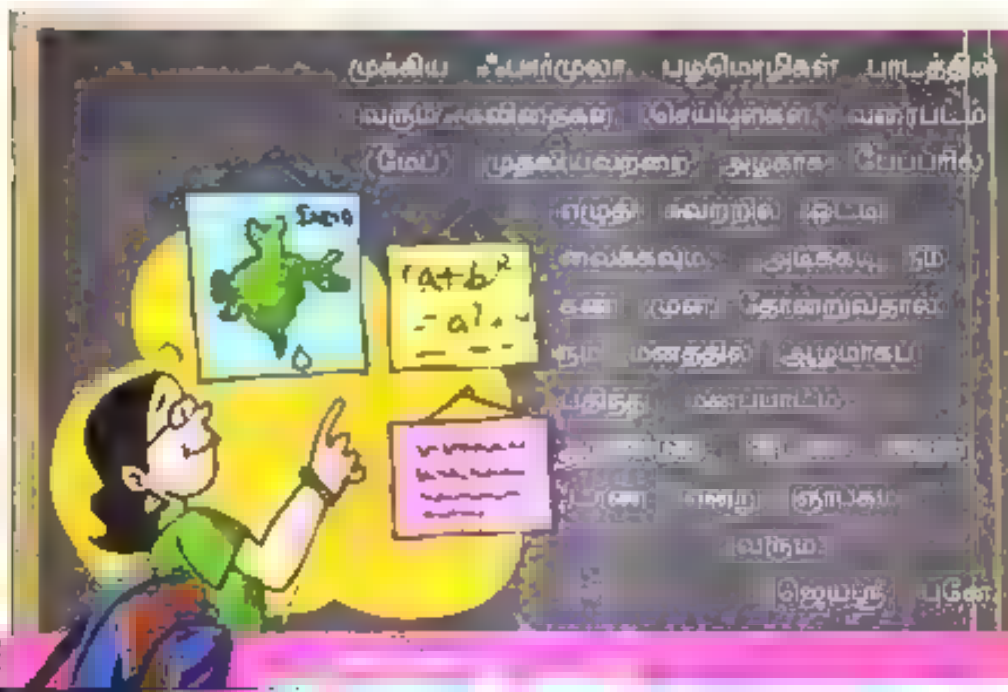
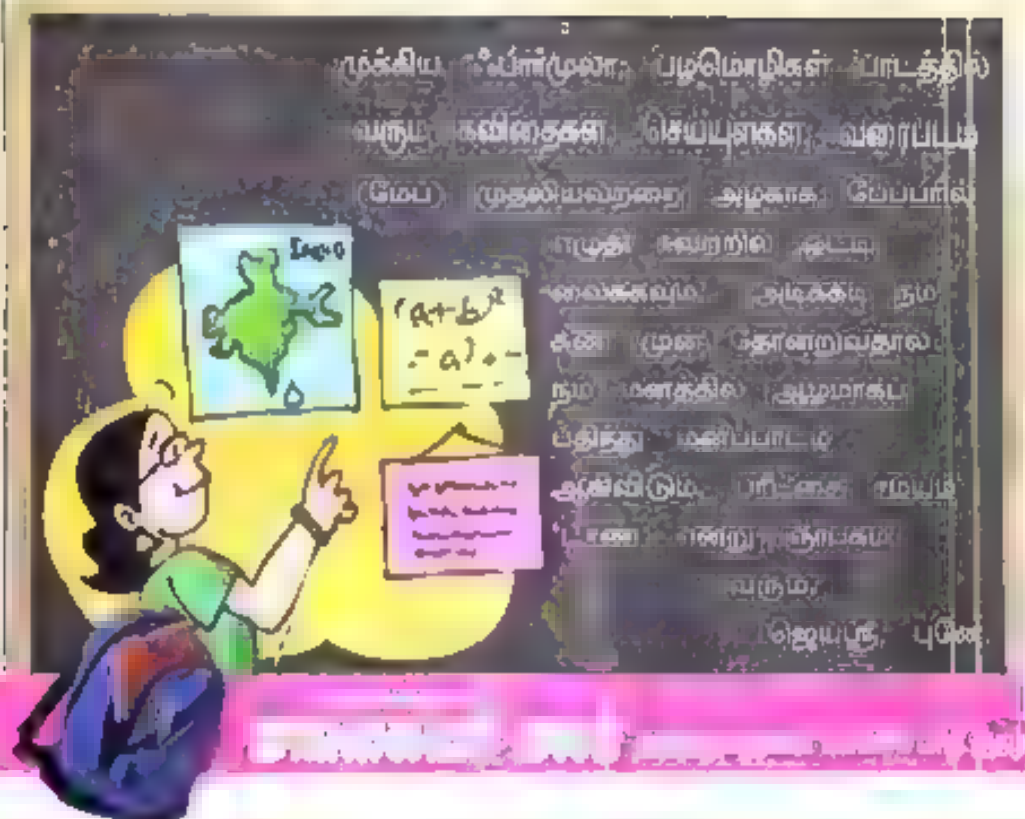
வேண்டாத சர்ச்சைகளுக்கு

முற்றுப்புள்ளி வைக்கலாம்

கஜாதிரி, சென்னை 17



எப்சவஸ் 64





பள்ளி திறந்த ஒரிரு வாரங்களில்  
 அதற்கு முந்தைய ஆண்டு  
 வகுப்பில் படித்து நற்பெயர்  
 களையும் மதிப்பெண்களையும்  
 பெற்ற மாணவ மாணவிகளை  
 அழைத்து புது மாணவர்கள் முனை  
 சிறிது நேரம் பேசவைத்தால்  
 நாமும் இம்மாதிரி  
 வரவேண்டுமென்ற முனைப்பும்  
 பெற்றோர்களின் ஒத்துழைப்பும்  
 கிடைத்து உறவு பலப்படும்  
 என வசந்தகுமாரி சொன்னாள்.



**ஸ்கூல் 64**

பள்ளி திறந்த ஒரிரு வாரங்களில்  
 அதற்கு முந்தைய ஆண்டு  
 வகுப்பில் படித்து நற்பெயர்  
 களையும் மதிப்பெண்களையும்  
 பெற்ற மாணவ மாணவிகளை  
 அழைத்து புது மாணவர்கள் முனை  
 சிறிது நேரம் பேசவைத்தால்  
 நாமும் இம்மாதிரி  
 வரவேண்டுமென்ற முனைப்பும்  
 பெற்றோர்களின் ஒத்துழைப்பும்  
 கிடைத்து உறவு பலப்படும்  
 என வசந்தகுமாரி சொன்னாள்.



**ஸ்கூல் 64**

ஆசிரியர் பெற்றோரை அழைத்து ஏதேனும்  
புகார் சொன்னால் அதிலுள்ள உண்மையை  
பரிந்து செயல்பட வேண்டும் ஆசிரியரைப்  
பற்றிக் குறைவாக குழந்தைகள் எதிரில்  
பேசினால் அவர்களுக்கு ஆசிரியர் மேல்  
உள்ள மதிப்பு போய்விடும் அன்பு  
பாசாட்டு மிக்கம் போன்றவை  
இருதரப்பிலிருந்தும் மாணவர்களுக்கு  
விடைத்தரல் இந்த முக்கோண  
உறவு பலப்படும்  
கேள்வி விருஷணவேணி  
சுடததை-3

## மங்கையா மண

ஆசிரியர் பெற்றோரை அழைத்து ஏதேனும்  
புகார் சொன்னால் அதிலுள்ள உண்மையை  
பரிந்து செயல்பட வேண்டும் ஆசிரியரைப்  
பற்றிக் குறைவாக குழந்தைகள் எதிரில்  
பேசினால் அவர்களுக்கு ஆசிரியர் மேல்  
உள்ள மதிப்பு போய்விடும் அன்பு  
பாசாட்டு மிக்கம் போன்றவை  
இருதரப்பிலிருந்தும் மாணவர்களுக்கு  
விடைத்தரல் இந்த முக்கோண  
உறவு பலப்படும்  
கேள்வி விருஷணவேணி

பாடப் புத்தகம் மட்டுமின்றி, நீதி  
நூல்கள், அறிவியல் நூல்கள்  
சுத்திய சோதனை  
விவேகானந்தரின் பிரசங்கங்கள்  
வாழ்வில் வெற்றி பெற்றவர்களின்  
வாழ்க்கை வரலாறு  
பேரன்றவற்றை மாணவர்களுக்காக  
கதை போலச் சொல்லித் தந்தால்  
மாணவர்களின் ஒழுக்கமும்  
திறமையும் மேம்படும்  
வி. ராமலெட்சுமி  
நெல்லை மாவட்டம்



**ஸ்கூல் 64**

பாடப் புத்தகம் மட்டுமின்றி, நீதி  
நூல்கள், அறிவியல் நூல்கள்  
சுத்திய சோதனை  
விவேகானந்தரின் பிரசங்கங்கள்  
வாழ்வில் வெற்றி பெற்றவர்களின்  
வாழ்க்கை வரலாறு  
பேரன்றவற்றை மாணவர்களுக்காக  
கதை போலச் சொல்லித் தந்தால்  
மாணவர்களின் ஒழுக்கமும்  
திறமையும் மேம்படும்  
வி. ராமலெட்சுமி  
நெல்லை மாவட்டம்



**ஸ்கூல் 64**



பள்ளியிலிருந்து வந்தவுடன்  
குழந்தைகள் யூனிட்பார்வை  
கழற்றி வேறு உடை  
மாற்றிக் கொண்டு கை  
கால்களைச் சுத்தமாக  
அலம்பிக் கொண்டு புன்  
சாப்பிடும் பழக்கத்தை  
ஏற்படுத்த வேண்டும்  
மாயா சேகர் முயற்சி

தமிழ் மொழி  
**மங்கையா மலா** தந்தையும் நமமா! மகளி மலர் கத



பள்ளியிலிருந்து வந்தவுடன்  
குழந்தைகள் யூனிட்பார்வை  
கழற்றி வேறு உடை  
மாற்றிக் கொண்டு கை  
கால்களைச் சுத்தமாக  
அலம்பிக் கொண்டு புன்  
சாப்பிடும் பழக்கத்தை  
ஏற்படுத்த வேண்டும்  
மாயா சேகர் முயற்சி

தமிழ் மொழி  
**மங்கையா மலா** தந்தையும் நமமா! மகளி மலர் கத



விட்டில் நடைபெறும்  
பிறந்த நாள் முதலிய  
விசேஷங்களுக்கு வகுப்பு  
ஆசிரியர்களையும்  
அழைக்கலாமே!

என.பி. பத்மாட்சி  
வேலூர்



ஸ்கூல் 64

விட்டில் நடைபெறும்  
பிறந்த நாள் முதலிய  
விசேஷங்களுக்கு வகுப்பு  
ஆசிரியர்களையும்  
அழைக்கலாமே!

என.பி. பத்மாட்சி  
வேலூர்

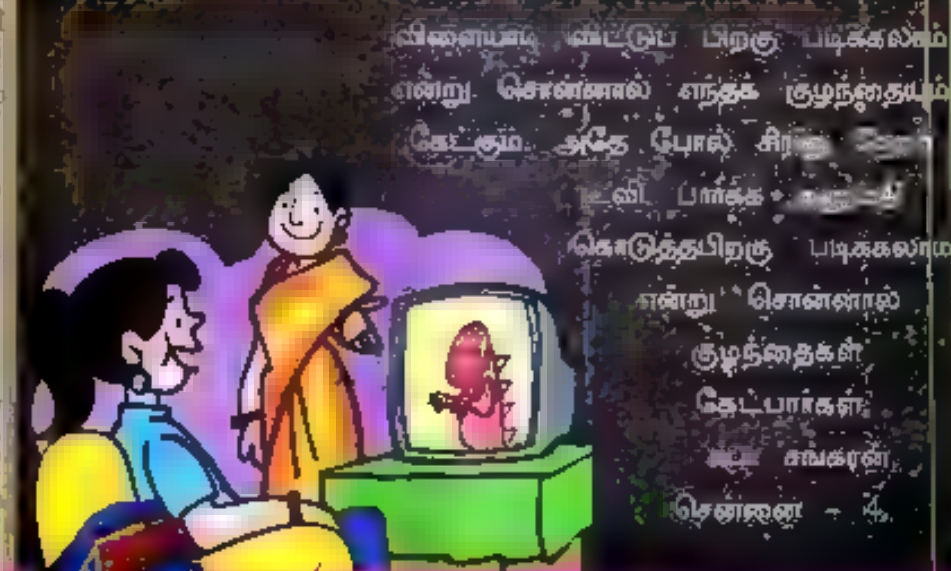


ஸ்கூல் 64



தமிழ் மொழி  
தமிழ் மொழி

தமிழ் மொழி  
தமிழ் மொழி



தமிழ் மொழி  
தமிழ் மொழி

தமிழ் மொழி  
தமிழ் மொழி

ஆசிரியர்கள் மாணவர்களைக்  
கண்டிப்பது தவறல்ல. ஆனால்  
கடுமையான தண்டனைகள்  
தரக்கூடாது. மாணவர்களிடம்  
நல்லவிதமாக அவர்கள்  
தவறைச் சுட்டிக்காட்டித் திருத்த  
பார்க்க வேண்டும். முடிவாக  
பிடிக்கும் மாணவர்களின்  
பெற்றோர்களைக் கூப்பிட்டு  
தனியே அறிவுறுத்த வேண்டும்.  
ஆர்த்தி. சென்னை - 4



**ஸ்கவுட் 64**

ஆசிரியர்கள் மாணவர்களைக்  
கண்டிப்பது தவறல்ல. ஆனால்  
கடுமையான தண்டனைகள்  
தரக்கூடாது. மாணவர்களிடம்  
நல்லவிதமாக அவர்கள்  
தவறைச் சுட்டிக்காட்டித் திருத்த  
பார்க்க வேண்டும். முடிவாக  
பிடிக்கும் மாணவர்களின்  
பெற்றோர்களைக் கூப்பிட்டு  
தனியே அறிவுறுத்த வேண்டும்.  
ஆர்த்தி. சென்னை - 4



**ஸ்கவுட் 64**



பள்ளிக்கூடத்தில்  
குழந்தையைச்  
சேர்க்கும்போதே  
பெற்றோர்கள் அந்தப் பள்ளி  
நிர்வாகம் பற்றி முழுமையாக  
விசாரித்துக் கொள்ள  
வேண்டும்.  
சு. சீதா ஆறுமுகம்,  
துவக்குக்குடி.



பள்ளிக்கூடத்தில்  
குழந்தையைச்  
சேர்க்கும்போதே  
பெற்றோர்கள் அந்தப் பள்ளி  
நிர்வாகம் பற்றி முழுமையாக  
விசாரித்துக் கொள்ள  
வேண்டும்.  
சு. சீதா ஆறுமுகம்,  
துவக்குக்குடி.



ஸ்கூலிலும் சைல்டு கவுன்சிலிங்  
கட்டாயமாக இருக்க வேண்டும்.  
இந்தக் காலத்தில் பெற்றோர்களை  
இருவரும் வேலைக்குச்  
செல்வதால், அவர்களுக்கு  
பிஞ்சு உள்ளத்தில் எவ்வளவு  
ஏக்கம், மனஅழுத்தம் இருக்கும்  
என்று யோசிக்க அவகாசம்  
இல்லை. இதை டீச்சர்  
கவனித்து அவர்களைக்கலாம்.  
சீதா ராமன், கொல்கத்தா.



**ஸ்கூல் 64**

ஸ்கூலிலும் சைல்டு கவுன்சிலிங்  
கட்டாயமாக இருக்க வேண்டும்.  
இந்தக் காலத்தில் பெற்றோர்களை  
இருவரும் வேலைக்குச்  
செல்வதால், அவர்களுக்கு  
பிஞ்சு உள்ளத்தில் எவ்வளவு  
ஏக்கம், மனஅழுத்தம் இருக்கும்  
என்று யோசிக்க அவகாசம்  
இல்லை. இதை டீச்சர்  
கவனித்து அவர்களைக்கலாம்.  
சீதா ராமன், கொல்கத்தா.



**ஸ்கூல் 64**

'தாரே ஜமீன் பர்' இத்திப் படத்தை (கற்பதில் குறைபாடுள்ள 'டிஸ்லெக்ஸியா' குழந்தைகளுக்கு கற்பிப்பதைப் பற்றிய படம்) ஆசிரியர்களுக்குப் போட்டுக்



காட்டியதில், ஒரிஸ்ஸாவில் உள்ள பள்ளிகளில் கற்பிக்கும் முறையில் மாற்றம் வரப் போகிறது. இந்தியா முழுவதும் இவ்வாறு குறைபாடுள்ள குழந்தைகளைப் புரிந்துகொள்ளும் முயற்சி கட்டாயமாக்கப்பட வேண்டும்.

சேவதி பாலு, சென்னை

**மங்கையா மலா**

நவம்பர் 1 மகளிர் மாநாடு

'தாரே ஜமீன் பர்' இத்திப் படத்தை (கற்பதில் குறைபாடுள்ள 'டிஸ்லெக்ஸியா' குழந்தைகளுக்கு கற்பிப்பதைப் பற்றிய படம்) ஆசிரியர்களுக்குப் போட்டுக்



காட்டியதில், ஒரிஸ்ஸாவில் உள்ள பள்ளிகளில் கற்பிக்கும் முறையில் மாற்றம் வரப் போகிறது. இந்தியா முழுவதும் இவ்வாறு குறைபாடுள்ள குழந்தைகளைப் புரிந்துகொள்ளும் முயற்சி கட்டாயமாக்கப்பட வேண்டும்.

சேவதி பாலு, சென்னை

**மங்கையா மலா**

நவம்பர் 1 மகளிர் மாநாடு

குழந்தைகளிடம். "உனக்குக்  
கிடைத்த ஆசிரியர்கள் மிகவும்  
நல்லவர்கள். உன் எதிர்கால  
வாழ்க்கை முன்னேற்றத்திற்கு  
அடித்தளம் அமைப்பவர்கள்  
என்று பெருமையாகக்  
கூறினால் குழந்தைகளிடத்தில்  
ஆசிரியருக்கும்,  
ஆசிரியரிடத்திலும்  
பெற்றோர்களுக்கும் நன்மதிப்பு  
கிடைக்கும்.  
- சிவகாமி செல்வம், குஜராத்.



**ஸ்கூல் 64**

குழந்தைகளிடம். "உனக்குக்  
கிடைத்த ஆசிரியர்கள் மிகவும்  
நல்லவர்கள். உன் எதிர்கால  
வாழ்க்கை முன்னேற்றத்திற்கு  
அடித்தளம் அமைப்பவர்கள்  
என்று பெருமையாகக்  
கூறினால் குழந்தைகளிடத்தில்  
ஆசிரியருக்கும்,  
ஆசிரியரிடத்திலும்  
பெற்றோர்களுக்கும் நன்மதிப்பு  
கிடைக்கும்.  
- சிவகாமி செல்வம், குஜராத்.



**ஸ்கூல் 64**





உன்னிடம் உள்ள சிறந்த  
பண்புகளை  
ஆராய்ந்தறிவதில்தான்  
உண்மையான கல்வி  
இருக்கிறது. மனிதகுலம் என்ற  
புத்தகத்தை விட வேறு  
சிறந்த புத்தகம் என்ன  
இருக்கிறது? காந்திஜி  
தகவல  
கலாவதிமணியன்,  
பெரணமல்லூர்.

சுமந்தம் சிவசுந்தர்

**மாங்கையார் மலர்** தந்தையும் நமது 7 மகளின் மாத இதழ்



உன்னிடம் உள்ள சிறந்த  
பண்புகளை  
ஆராய்ந்தறிவதில்தான்  
உண்மையான கல்வி  
இருக்கிறது. மனிதகுலம் என்ற  
புத்தகத்தை விட வேறு  
சிறந்த புத்தகம் என்ன  
இருக்கிறது? காந்திஜி  
தகவல  
கலாவதிமணியன்,  
பெரணமல்லூர்.

சுமந்தம் சிவசுந்தர்

**மாங்கையார் மலர்** தந்தையும் நமது 7 மகளின் மாத இதழ்



தன்னம்பிக்கை மிகவும்  
 அவசியம். தோஷ நேரத்தில்  
 மனப்பயம் கூடாது. வீண் பயம்  
 இருந்தாலே நன்றாகப் படிக்க  
 முடியாது. மாணவர்களின்  
 வாழ்க்கைக்கு அடித்தளம்  
 பள்ளிகள்தான். அங்கேதான்  
 ஒழுக்கத்தை மாணவ  
 மாணவியர்கள் கற்றுக்  
 கொள்ள வேண்டும்.  
 அம்மு கிரிஸ்டோபர்  
 நாகர்கோயில்.



**ஸ்கூல் 64**

தன்னம்பிக்கை மிகவும்  
 அவசியம். தோஷ நேரத்தில்  
 மனப்பயம் கூடாது. வீண் பயம்  
 இருந்தாலே நன்றாகப் படிக்க  
 முடியாது. மாணவர்களின்  
 வாழ்க்கைக்கு அடித்தளம்  
 பள்ளிகள்தான். அங்கேதான்  
 ஒழுக்கத்தை மாணவ  
 மாணவியர்கள் கற்றுக்  
 கொள்ள வேண்டும்.  
 அம்மு கிரிஸ்டோபர்  
 நாகர்கோயில்.



**ஸ்கூல் 64**



அலுவலகத்திலிருந்து வீடு  
திரும்புவதற்கு வாசலில்  
செருப்பை விடுவது போல  
அலுவலகப் பிரச்சனைகளையும்  
விட்டுவிட்டு வேண்டும்.  
பள்ளிக்கு வரும் ஆசிரியர்களும்  
இதேபோன்று வகுப்பறைக்குள்  
நுழையும்போது விட்டுப்  
பிரச்சனைகளை விட்டுவிடுவது  
அவசியம்.  
எஸ். வைஷ்ணவி, திருச்சி.

**மங்கையர் மலர்**

தமிழ்நாடு மலர் 7 மகன் மாத இதழ்



அலுவலகத்திலிருந்து வீடு  
திரும்புவதற்கு வாசலில்  
செருப்பை விடுவது போல  
அலுவலகப் பிரச்சனைகளையும்  
விட்டுவிட்டு வேண்டும்.  
பள்ளிக்கு வரும் ஆசிரியர்களும்  
இதேபோன்று வகுப்பறைக்குள்  
நுழையும்போது விட்டுப்  
பிரச்சனைகளை விட்டுவிடுவது  
அவசியம்.  
எஸ். வைஷ்ணவி, திருச்சி.

**மங்கையர் மலர்**

தமிழ்நாடு மலர் 7 மகன் மாத இதழ்

குழந்தைகளைப் பள்ளியில்  
சேர்க்கும் போது, சிலர் தீ  
அழுதா, சீசர் அடிப்பாங்க. பார  
நுமில் அடைச்ச வைப்பாங்க  
என்று பயமுறுத்துவாக்கள்.  
அப்படிச் செய்யாமல், ஸ்கூலில்  
விடுமபோது, இந்த  
ஆண்டிதான் உங்க மிஸ்.  
அழாம் சமாதான இருந்தா,  
உள்ளை நல்லா பார்த்துப்பாங்க  
என்று நல்லதைச் சொல்லலாம்.  
ஏ. ஹம்சத், கீழக்கரை.



**ஸ்கூல் 64**

குழந்தைகளைப் பள்ளியில்  
சேர்க்கும் போது, சிலர் தீ  
அழுதா, சீசர் அடிப்பாங்க. பார  
நுமில் அடைச்ச வைப்பாங்க  
என்று பயமுறுத்துவாக்கள்.  
அப்படிச் செய்யாமல், ஸ்கூலில்  
விடுமபோது, இந்த  
ஆண்டிதான் உங்க மிஸ்.  
அழாம் சமாதான இருந்தா,  
உள்ளை நல்லா பார்த்துப்பாங்க  
என்று நல்லதைச் சொல்லலாம்.  
ஏ. ஹம்சத், கீழக்கரை.



**ஸ்கூல் 64**





பத்தாம் வகுப்பு. 2. படிக்கும் மாணவர்கள்  
தங்கள் பள்ளியில் அவ்வப்போது நடக்கும்  
தேவதாளினை வினாத்தாள்களுடன்  
மற்ற பள்ளிகளில் தயாராகும்  
வினாத்தாள்களை சேகரித்துப்  
பார்த்தால் ஒரே மாதிரி  
கேள்விகளை  
எப்படியெல்லாம் மாற்றி  
மாற்றிக் கேட்குக்கிறார்கள்  
என்பது தெரியவரும்  
பாமதி நாராயணன்  
பெங்களூரு

**மங்கையர் மனம்** கதை நூல் மலர்



பத்தாம் வகுப்பு. 2. படிக்கும் மாணவர்கள்  
தங்கள் பள்ளியில் அவ்வப்போது நடக்கும்  
தேவதாளினை வினாத்தாள்களுடன்  
மற்ற பள்ளிகளில் தயாராகும்  
வினாத்தாள்களை சேகரித்துப்  
பார்த்தால் ஒரே மாதிரி  
கேள்விகளை  
எப்படியெல்லாம் மாற்றி  
மாற்றிக் கேட்குக்கிறார்கள்  
என்பது தெரியவரும்  
பாமதி நாராயணன்  
பெங்களூரு



சில குழந்தைகளுக்கு  
பாடல்களைக் கிரகிக்கும் தன்மை  
குறைவாக இருக்கலாம். இதை  
ஆரம்பத்திலேயே பெற்றோர்கள்  
ஆசிரியரிடமோ அல்லது ஆசிரியா  
பெற்றோரிடமோ  
தெரியப்படுத்தலாம். இதனால்  
குழந்தைகளுக்கு இருமுறைக்கு  
இருமுறையாக விளக்கமாகக் கூற  
உதவியாக இருக்கும்.  
எஸ். விஜயா சீனிவாசன்  
திருச்சி 13



ஸ்கைஸ் 64

சில குழந்தைகளுக்கு  
பாடல்களைக் கிரகிக்கும் தன்மை  
குறைவாக இருக்கலாம். இதை  
ஆரம்பத்திலேயே பெற்றோர்கள்  
ஆசிரியரிடமோ அல்லது ஆசிரியா  
பெற்றோரிடமோ  
தெரியப்படுத்தலாம். இதனால்  
குழந்தைகளுக்கு இருமுறைக்கு  
இருமுறையாக விளக்கமாகக் கூற  
உதவியாக இருக்கும்.  
எஸ். விஜயா சீனிவாசன்  
திருச்சி 13



ஸ்கைஸ் 64



தினமும் செய்தித்தாள்  
படிக்கும் பழக்கத்தை  
மாணவருக்குக் கற்றுத் தர  
வேண்டும். மாணவருக்கு  
பொது அறிவும் வேண்டும்.  
தன்னம்பிக்கையும்  
வரவேண்டும். பாடங்களை  
உணர்ந்து சொந்தமாக அவர்  
கையில் எழுதும்.  
திறமையும் வளரும்.  
என் முராரி, சேலம்.

**சாலைக்காய் நல்ல தந்தை நல்ல பிள்ளையைத் தந்தே**



தினமும் செய்தித்தாள்  
படிக்கும் பழக்கத்தை  
மாணவருக்குக் கற்றுத் தர  
வேண்டும். மாணவருக்கு  
பொது அறிவும் வேண்டும்.  
தன்னம்பிக்கையும்  
வரவேண்டும். பாடங்களை  
உணர்ந்து சொந்தமாக அவர்  
கையில் எழுதும்.  
திறமையும் வளரும்.  
என் முராரி, சேலம்.

**சாலைக்காய் நல்ல தந்தை நல்ல பிள்ளையைத் தந்தே**

மாணவர்கள் தங்கள்  
படிப்புக்காகப் பெற்றோர்  
மேற்கொள்ளும்  
முயற்சிகளைப் பாராட்டி  
அவர்களது பொருளாதார  
நிலையை உணர்ந்து பிடிக்க  
வேண்டும்  
எஸ் ராஜகுமாரி  
மெளலிவாத்தம்



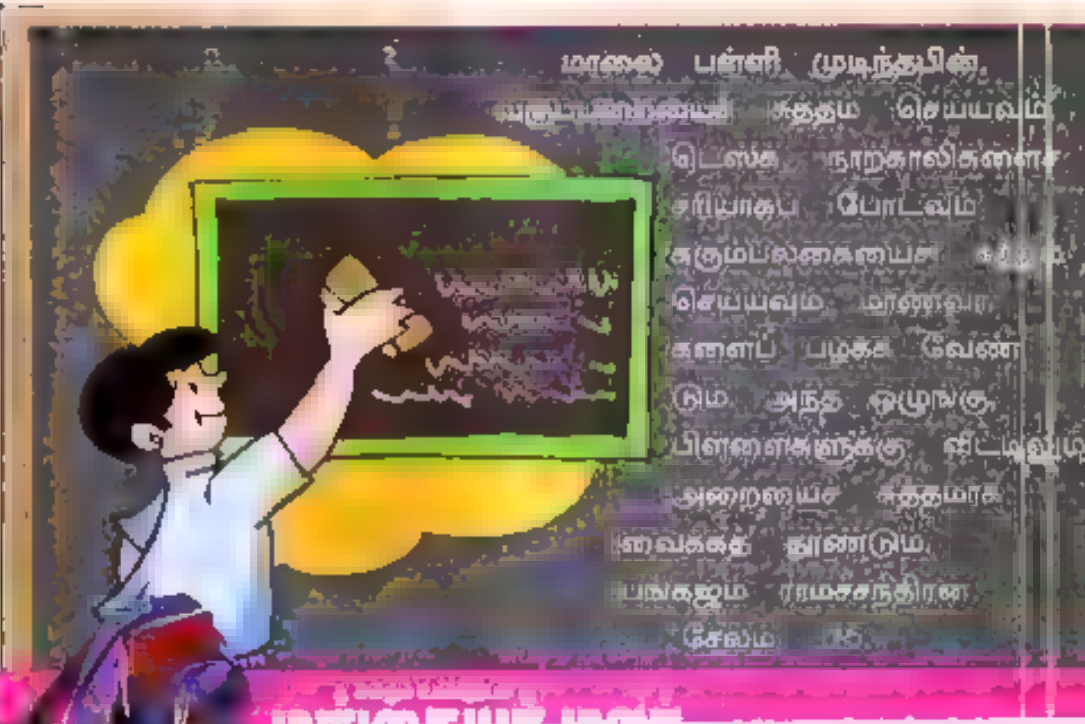
**ஸ்கவுட் 64**

மாணவர்கள் தங்கள்  
படிப்புக்காகப் பெற்றோர்  
மேற்கொள்ளும்  
முயற்சிகளைப் பாராட்டி  
அவர்களது பொருளாதார  
நிலையை உணர்ந்து பிடிக்க  
வேண்டும்  
எஸ் ராஜகுமாரி  
மெளலிவாத்தம்



**ஸ்கவுட் 64**







குழந்தைகளுக்கு பள்ளி  
விதிமுறையின்படி குறித்த  
நேரத்தில் பள்ளிக்கு  
அனுப்புவது தினமும் சீருடை  
அணிந்து செல்வது என  
அனைத்திலும் பெற்றோர்கள்  
கவனக்குறைவின்றி இருத்தல்  
வேண்டும். இதன் மூலம்  
குழந்தைகளின் ஒழுக்கம் வளரத்  
துவங்கும்  
எஸ். வைஷ்ணவி திருச்சி



**ஸ்கூல் 64**

குழந்தைகளுக்கு பள்ளி  
விதிமுறையின்படி குறித்த  
நேரத்தில் பள்ளிக்கு  
அனுப்புவது தினமும் சீருடை  
அணிந்து செல்வது என  
அனைத்திலும் பெற்றோர்கள்  
கவனக்குறைவின்றி இருத்தல்  
வேண்டும். இதன் மூலம்  
குழந்தைகளின் ஒழுக்கம் வளரத்  
துவங்கும்  
எஸ். வைஷ்ணவி திருச்சி



**ஸ்கூல் 64**



சைக்கிளில் செல்லும்  
மாணவமணிகள்  
விடுமுறை நாட்களில்  
வண்டிக்கு 'ஓவர்  
ஹாலிங்' செய்ய  
வேண்டும்.  
செல்லம் நடராஜன்.  
சென்னை - 14.

**மங்கையா மலர்**

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாது இத



சைக்கிளில் செல்லும்  
மாணவமணிகள்  
விடுமுறை நாட்களில்  
வண்டிக்கு 'ஓவர்  
ஹாலிங்' செய்ய  
வேண்டும்.  
செல்லம் நடராஜன்.  
சென்னை - 14.

பள்ளி நிர்வாகத்தினரே  
மாணவர்களின் எண்ணிக்கைக்  
கேற்ப, பென்சில், பேனா, ரப்பர்,  
கிரையான்ஸ் போன்றவற்றை  
வகுப்பாசிரியர்களிடம்  
கொடுத்துவிட்டால் கிளாஸ்  
வெள்க் முடிந்ததும், வகுப்பில்  
வைத்து விடலாம், யாரும்  
பள்ளிக்கு எடுத்துவர வேண்டாம்,  
தொலையவும், மாறிவிடவும்  
வாய்ப்பிருக்காது.  
கே. அபிராமி, கடலூர்.



**ஸ்கூல் 64**

பள்ளி நிர்வாகத்தினரே  
மாணவர்களின் எண்ணிக்கைக்  
கேற்ப, பென்சில், பேனா, ரப்பர்,  
கிரையான்ஸ் போன்றவற்றை  
வகுப்பாசிரியர்களிடம்  
கொடுத்துவிட்டால் கிளாஸ்  
வெள்க் முடிந்ததும், வகுப்பில்  
வைத்து விடலாம், யாரும்  
பள்ளிக்கு எடுத்துவர வேண்டாம்,  
தொலையவும், மாறிவிடவும்  
வாய்ப்பிருக்காது.  
கே. அபிராமி, கடலூர்.



**ஸ்கூல் 64**

மாணவச் செல்வங்களே! நல்ல  
நண்பர்களைத் தேர்ந்தெடுத்து  
பழகுங்கள். அதுவும்  
அளவோடு நட்பு வைத்துக்  
கொள்ளுங்கள். கெட்ட  
சகவாசம் உள்ளவர்களோடு  
பழகினால், உங்கள்  
உயிருக்கும் ஆபத்து.  
உங்கள் படிப்பும் கெட்டுப்  
போகும்.  
லட்சுமி ராமச்சந்திரன்.  
சேலம் - 5.

**மங்கையா மனா** வாழ்கும் தமிழி மனையா மனா இத

மாணவச் செல்வங்களே! நல்ல  
நண்பர்களைத் தேர்ந்தெடுத்து  
பழகுங்கள். அதுவும்  
அளவோடு நட்பு வைத்துக்  
கொள்ளுங்கள். கெட்ட  
சகவாசம் உள்ளவர்களோடு  
பழகினால், உங்கள்  
உயிருக்கும் ஆபத்து.  
உங்கள் படிப்பும் கெட்டுப்  
போகும்.  
லட்சுமி ராமச்சந்திரன்.  
சேலம் - 5.

**மங்கையா மனா** வாழ்கும் தமிழி மனையா மனா இத



ஆசிரியர்கள் உடல்நலமின்றி  
 இருந்தாலோ, மருத்துவமனையில்  
 அனுமதிக்கப்பட்டிருந்தாலோ  
 பிள்ளைகளோடு பெற்றோர்களும்  
 சென்று, நலம் விசாரித்து  
 அவர்களுக்கு ஆறுதல் சொல்ல  
 வேண்டும். பின்னாளில் அதே  
 மாணவர்கள் பெற்றோர்களை  
 எப்போதும் மறக்காமல் அன்பைச்  
 சொரிந்து நட்பை வளர்ப்பார்கள்.  
 ஆர். ரேவதி, கபிஸ்தலம்



**ஸ்கூல் 64**

ஆசிரியர்கள் உடல்நலமின்றி  
 இருந்தாலோ, மருத்துவமனையில்  
 அனுமதிக்கப்பட்டிருந்தாலோ  
 பிள்ளைகளோடு பெற்றோர்களும்  
 சென்று, நலம் விசாரித்து  
 அவர்களுக்கு ஆறுதல் சொல்ல  
 வேண்டும். பின்னாளில் அதே  
 மாணவர்கள் பெற்றோர்களை  
 எப்போதும் மறக்காமல் அன்பைச்  
 சொரிந்து நட்பை வளர்ப்பார்கள்.  
 ஆர். ரேவதி, கபிஸ்தலம்



**ஸ்கூல் 64**

நம் வீட்டு உறவினர்கள்/நண்பர்கள் வீட்டு  
விசேஷங்களுக்குச் செல்வதாக இருந்தால்,  
குழந்தைகளை அதற்காக அடிக்கடி  
ஸ்கூலுக்கு லீவு போட அனுமதிக்கக்  
கூடாது. இப்படி அடிக்கடி பள்ளிக்கு  
லீவு போடுவதால் அவர்களுடைய  
படிப்பு கெட்டுவிடும். குழந்தை  
களைப் பற்றி ஆசிரியர்களின்  
மனதிலும் தவறான எண்ணம்  
ஏற்பட்டுவிடும்.

ஆர். பிருந்தா ரமணி.

மதுரை-20.

**மங்கையர் மனம்** தந்தை நம்பி மனை மதுரை

நம் வீட்டு உறவினர்கள்/நண்பர்கள் வீட்டு  
விசேஷங்களுக்குச் செல்வதாக இருந்தால்,  
குழந்தைகளை அதற்காக அடிக்கடி  
ஸ்கூலுக்கு லீவு போட அனுமதிக்கக்  
கூடாது. இப்படி அடிக்கடி பள்ளிக்கு  
லீவு போடுவதால் அவர்களுடைய  
படிப்பு கெட்டுவிடும். குழந்தை  
களைப் பற்றி ஆசிரியர்களின்  
மனதிலும் தவறான எண்ணம்  
ஏற்பட்டுவிடும்.

ஆர். பிருந்தா ரமணி.

மதுரை-20.

தமிழ். ஆங்கில  
மொழிகளோடு அன்னிய  
மொழிகளையும் முடிந்தால்  
கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.  
தமிழ்நாட்டை விட்டுப், பிற  
இடங்களுக்குச்  
செல்லும்போது அவை  
மிகுந்த பலனைக்  
கொடுக்கும்.  
தி. பார்வதிநாதன்.  
திருநெல்வேலி.



**ஸ்கூல் 64**

தமிழ். ஆங்கில  
மொழிகளோடு அன்னிய  
மொழிகளையும் முடிந்தால்  
கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.  
தமிழ்நாட்டை விட்டுப், பிற  
இடங்களுக்குச்  
செல்லும்போது அவை  
மிகுந்த பலனைக்  
கொடுக்கும்.  
தி. பார்வதிநாதன்.  
திருநெல்வேலி.



**ஸ்கூல் 64**



பள்ளியில் பெற்றோர்களுக்கு மீட்டிங் வைத்தால்  
அதில் படிக்கும் பிள்ளைகளின் பெற்றோர்கள்  
கண்டிப்பாகக் கலந்து கொள்ள

வேண்டும். அப்பொழுதுதான்  
குழந்தைகளைப் பற்றிய  
குறை, திறைகளை  
சொல்லக்கூடிய சந்தர்ப்பமாக  
அமையும். பெற்றோர்களும்  
பிள்ளைகளுக்கு வேண்டிய  
ஆலோசனை சொல்லி  
வெவ்வேறு இருக்கும்.  
அவ்வாறு பஞ்சாபகேசன்,  
பெங்களூரு - 8.

தமிழ் மக்களும்  
**மங்களையா மனி**

தமிழ் மக்களும் தமிழ் மக்களும்

பள்ளியில் பெற்றோர்களுக்கு மீட்டிங் வைத்தால்  
அதில் படிக்கும் பிள்ளைகளின் பெற்றோர்கள்  
கண்டிப்பாகக் கலந்து கொள்ள

வேண்டும். அப்பொழுதுதான்  
குழந்தைகளைப் பற்றிய  
குறை, திறைகளை  
சொல்லக்கூடிய சந்தர்ப்பமாக  
அமையும். பெற்றோர்களும்  
பிள்ளைகளுக்கு வேண்டிய  
ஆலோசனை சொல்லி  
வெவ்வேறு இருக்கும்.  
அவ்வாறு பஞ்சாபகேசன்,  
பெங்களூரு - 8.



சுமாராகப் படிக்கும்  
பிள்ளைகளை பெற்றோர்  
எப்போதும், 'படி, படி' என  
வறுத்தெடுக்காமல்  
அவர்களிடம் உள்ள  
தனித்திறமைகள் என்னென்ன  
என்பதைக் கண்டறிந்து  
ஊக்கப்படுத்துவதுடன்,  
அவற்றை வளர்ப்பதற்குரிய  
முயற்சிகளையும் மேற்கொள்ள  
வேண்டும்.  
ஜெயா, அசோகநகர்



**ஸ்கூல் 64**

சுமாராகப் படிக்கும்  
பிள்ளைகளை பெற்றோர்  
எப்போதும், 'படி, படி' என  
வறுத்தெடுக்காமல்  
அவர்களிடம் உள்ள  
தனித்திறமைகள் என்னென்ன  
என்பதைக் கண்டறிந்து  
ஊக்கப்படுத்துவதுடன்,  
அவற்றை வளர்ப்பதற்குரிய  
முயற்சிகளையும் மேற்கொள்ள  
வேண்டும்.  
ஜெயா, அசோகநகர்



**ஸ்கூல் 64**

குழந்தைகளை அடுத்த மாணவரோடு சக  
 மாணவனாக இருந்தாலும் சரி,  
 ஒப்பிட்டுப் பேசதல் தவறு. அது  
 அவனுக்குத் தாழ்வு  
 மனப்பான்மையை ஏற்படச்  
 செய்யும். எதுவாக  
 இருந்தாலும் 'பாராட்டு  
 மொழி' கூற வேண்டும்.  
 பாராட்டு போன்ற சிறந்த  
 டானிக் ஏதுமில்லை.  
 மொ. முத்துலட்சுமி,  
 சென்னை -40.

**மாங்கையா மலர்** தாழ்த்தப்பட்டவர்களுக்குரிய மகளிர் மாத இதழ்

குழந்தைகளை அடுத்த மாணவரோடு சக  
 மாணவனாக இருந்தாலும் சரி,  
 ஒப்பிட்டுப் பேசதல் தவறு. அது  
 அவனுக்குத் தாழ்வு  
 மனப்பான்மையை ஏற்படச்  
 செய்யும். எதுவாக  
 இருந்தாலும் 'பாராட்டு  
 மொழி' கூற வேண்டும்.  
 பாராட்டு போன்ற சிறந்த  
 டானிக் ஏதுமில்லை.  
 மொ. முத்துலட்சுமி,  
 சென்னை -40.

**மாங்கையா மலர்** தாழ்த்தப்பட்டவர்களுக்குரிய மகளிர் மாத இதழ்

குழந்தைகள் பள்ளியை விட்டு  
வந்தவுடன் அன்றைய தினம்  
பள்ளியில் நடந்த நிகழ்ச்சிகள்  
எல்லாவற்றையும்  
பொறுமையாகக் கேட்கவும்  
அவர்களும் உங்களிடம்  
எதையும் முறைக்காமல்  
உங்களுடன் மனம் விட்டுப்  
பேசி பெற்றோர்களை நண்பன்  
என ஏற்றுக் கொள்வார்கள்.  
ஜே. ரமயா, தஞ்சாவூர்.



**ஸ்கூல் 64**

குழந்தைகள் பள்ளியை விட்டு  
வந்தவுடன் அன்றைய தினம்  
பள்ளியில் நடந்த நிகழ்ச்சிகள்  
எல்லாவற்றையும்  
பொறுமையாகக் கேட்கவும்  
அவர்களும் உங்களிடம்  
எதையும் முறைக்காமல்  
உங்களுடன் மனம் விட்டுப்  
பேசி பெற்றோர்களை நண்பன்  
என ஏற்றுக் கொள்வார்கள்.  
ஜே. ரமயா, தஞ்சாவூர்.



**ஸ்கூல் 64**





கடுகைத் துளைத்து கடலைப்  
புகுத்தும் கட்டாயத்தில்  
ஆசிரியர் அடுப்புக் கடுகு  
அலுவலகக் கடுகு அனபக்  
கடுகை கவனிக்க அவகாசம்  
இல்லாத பெற்றோர் சிக்கித்  
தவிக்கும் சிள்ளைக் கடுகு  
மாணவா, மூளைச் சமையையும்  
முதுகுச் சமையையும் குறைய  
சீரமைக்கப்பட வேண்டியது  
பாடமும் பாடத்திட்டமுமே  
எஸ். வெங்கடேசன், திருச்சி.



**ஸ்கூல் 64**

கடுகைத் துளைத்து கடலைப்  
புகுத்தும் கட்டாயத்தில்  
ஆசிரியர் அடுப்புக் கடுகு  
அலுவலகக் கடுகு அனபக்  
கடுகை கவனிக்க அவகாசம்  
இல்லாத பெற்றோர் சிக்கித்  
தவிக்கும் சிள்ளைக் கடுகு  
மாணவா, மூளைச் சமையையும்  
முதுகுச் சமையையும் குறைய  
சீரமைக்கப்பட வேண்டியது  
பாடமும் பாடத்திட்டமுமே  
எஸ். வெங்கடேசன், திருச்சி.



**ஸ்கூல் 64**



டிபன் பாக்ஸ், பென்சில்  
பாக்ஸ், வர்ட்டர் பேக்  
இவற்றில் மார்க்கர்பென்  
உபயோகித்து பெயரை  
எழுதிவிட்டால், அவை  
மாறாது. அதே போல்  
புத்தகங்களிலும், ஏதாவது ஒரு  
பக்கத்தில் பெயரை  
எழுதிவைத்தால், அவை  
தொலைந்துபோக  
வாய்ப்பே இல்லை,  
ஜெயா, அசோகநாதர்.

மாங்கையா மலர்

தந்தையும் நாயகர் மகனும் மாங்கையா மலர்



டிபன் பாக்ஸ், பென்சில்  
பாக்ஸ், வர்ட்டர் பேக்  
இவற்றில் மார்க்கர்பென்  
உபயோகித்து பெயரை  
எழுதிவிட்டால், அவை  
மாறாது. அதே போல்  
புத்தகங்களிலும், ஏதாவது ஒரு  
பக்கத்தில் பெயரை  
எழுதிவைத்தால், அவை  
தொலைந்துபோக  
வாய்ப்பே இல்லை,  
ஜெயா, அசோகநாதர்.

மாங்கையா மலர்

தந்தையும் நாயகர் மகனும் மாங்கையா மலர்

பார்த்தல், கேட்டல், நுகர்தல்,  
 தொடல், சுவைத்தல்,  
 மனதால் உணர்தல் ஆகிய  
 ஆறு புலன்களையும்  
 குழந்தைகளுக்கு நன்கு  
 வளரச் செய்வதே ஆசிரியரின்  
 முதல் கடமையாகும்.  
 எஸ். புவனேஸ்வரி  
 திருச்சி-6



**ஸ்கூல் 64**

பார்த்தல், கேட்டல், நுகர்தல்,  
 தொடல், சுவைத்தல்,  
 மனதால் உணர்தல் ஆகிய  
 ஆறு புலன்களையும்  
 குழந்தைகளுக்கு நன்கு  
 வளரச் செய்வதே ஆசிரியரின்  
 முதல் கடமையாகும்.  
 எஸ். புவனேஸ்வரி  
 திருச்சி-6



**ஸ்கூல் 64**



பள்ளிக்கூட வளாகத்தில்  
சாக்லேட் கேக் மற்றும்  
ஜஸ்கீம் போன்ற  
ஐட்டங்களைச்  
சாப்பிடக்கூடாது என்று  
தடைவிதிப்பதால்  
குழந்தைகளுக்குச் சத்தா  
உணவு உட்கொள்ளும்  
கட்டாயம் ஏற்படுகிறது.  
கீதா நாராயணன்,  
முல்லை.

**மங்கையா மலர்**

தலைநிலம் நம்பர் 1 மகளிர் மாநில கீதா



பள்ளிக்கூட வளாகத்தில்  
சாக்லேட் கேக் மற்றும்  
ஜஸ்கீம் போன்ற  
ஐட்டங்களைச்  
சாப்பிடக்கூடாது என்று  
தடைவிதிப்பதால்  
குழந்தைகளுக்குச் சத்தா  
உணவு உட்கொள்ளும்  
கட்டாயம் ஏற்படுகிறது.  
கீதா நாராயணன்,  
முல்லை.



பள்ளி திறக்கும்பொழுது. உடனே  
பாடங்களைத் தொடங்காமல்,  
கல்லூரியில் உள்ளது போல்  
ஒரியன்டேஷன் ப்ரோகிராம்  
வைத்தால் குழந்தைகளுக்கு மன  
இறுக்கமும், ஆசிரியர்களிடம்  
பயமும் குறையும். வருடம்  
முழுவதும் மனமகிழ்ச்சியுடன்  
படிப்பில் ஆர்வம்  
செலுத்துவார்கள்.  
ராஜினி பாலகபரம்ணியன்  
சென்னை - 91.



**ஸ்கூல் 64**

பள்ளி திறக்கும்பொழுது. உடனே  
பாடங்களைத் தொடங்காமல்,  
கல்லூரியில் உள்ளது போல்  
ஒரியன்டேஷன் ப்ரோகிராம்  
வைத்தால் குழந்தைகளுக்கு மன  
இறுக்கமும், ஆசிரியர்களிடம்  
பயமும் குறையும். வருடம்  
முழுவதும் மனமகிழ்ச்சியுடன்  
படிப்பில் ஆர்வம்  
செலுத்துவார்கள்.  
ராஜினி பாலகபரம்ணியன்  
சென்னை - 91.



**ஸ்கூல் 64**

எப்பொழுதும் தேர்மையான முறையில் தேர்வுகளை எதிர்கொள்ள வேண்டும். 'மதிப்பெண்'களுக்காக 'மதிப்பை' இழந்து, காப்பியடிப்பது 'பிட்' அடிப்பது போன்றவற்றில் ஈடுபடக்கூடாது என்பதை சிறு வயது முதலே பிள்ளைகளுக்கு வலியுறுத்த வேண்டும்.

சுமதி சுப்ரமணியன்  
சென்னை - 29.

தமிழ் மொழித் தேர்வுகளை எதிர்கொள்ள வேண்டும். 'மதிப்பெண்'களுக்காக 'மதிப்பை' இழந்து, காப்பியடிப்பது 'பிட்' அடிப்பது போன்றவற்றில் ஈடுபடக்கூடாது என்பதை சிறு வயது முதலே பிள்ளைகளுக்கு வலியுறுத்த வேண்டும்.

எப்பொழுதும் தேர்மையான முறையில் தேர்வுகளை எதிர்கொள்ள வேண்டும். 'மதிப்பெண்'களுக்காக 'மதிப்பை' இழந்து, காப்பியடிப்பது 'பிட்' அடிப்பது போன்றவற்றில் ஈடுபடக்கூடாது என்பதை சிறு வயது முதலே பிள்ளைகளுக்கு வலியுறுத்த வேண்டும்.

சுமதி சுப்ரமணியன்  
சென்னை - 29.

ஆசிரியர் கொடுத்த வேலையை  
அட்டவணை போட்டு பிரித்துக்  
கொண்டு அந்தந்த நேரத்தில்  
செய்து முடிக்க வேண்டும்.  
கடைசி நாட்கள் வரை வைத்து  
பின் அம்மாவைச் செய்து  
தரும்படி சில மாணவர்கள்  
கேட்பார்கள். அது தவறு.  
கயமாகச் சிந்தித்துச்  
செய்தால்தான் பயன்.  
ஆர். விசாலம், அண்ணா நகர்.



**ஸ்கூல் 64**

ஆசிரியர் கொடுத்த வேலையை  
அட்டவணை போட்டு பிரித்துக்  
கொண்டு அந்தந்த நேரத்தில்  
செய்து முடிக்க வேண்டும்.  
கடைசி நாட்கள் வரை வைத்து  
பின் அம்மாவைச் செய்து  
தரும்படி சில மாணவர்கள்  
கேட்பார்கள். அது தவறு.  
கயமாகச் சிந்தித்துச்  
செய்தால்தான் பயன்.  
ஆர். விசாலம், அண்ணா நகர்.



**ஸ்கூல் 64**

பள்ளி விழாக்களில், கலை நிகழ்ச்சிகளுக்குச் சிறு குழந்தைகளைத் தேர்வு செய்யும்போது, 'என் பிள்ளையை ஏன் சேர்க்கவில்லை?' என்று சில பெற்றோர் சண்டைக்குப் போவதுண்டு. பரிசு தருவதிலும் ஓர்வஞ்சனை செய்து விட்டார்கள் என்று குற்றம்சாட்டுவார்கள். அதனைத் தவிர்த்துக் குழந்தைகளின் கிறிமையை வளர்ப்பதில் தவணம் செலுத்த வேண்டும். ராஜேஸ்வரி கிட்டு பெங்களூரு.

மங்கையர் மலர்

தந்தையர் மலர் 1 மகளிர் மலர்

பள்ளி விழாக்களில், கலை நிகழ்ச்சிகளுக்குச் சிறு குழந்தைகளைத் தேர்வு செய்யும்போது, 'என் பிள்ளையை ஏன் சேர்க்கவில்லை?' என்று சில பெற்றோர் சண்டைக்குப் போவதுண்டு. பரிசு தருவதிலும் ஓர்வஞ்சனை செய்து விட்டார்கள் என்றும் குற்றம்சாட்டுவார்கள். அதனைத் தவிர்த்துக் குழந்தைகளின் கிறிமையை வளர்ப்பதில் தவணம் செலுத்த வேண்டும். ராஜேஸ்வரி கிட்டு பெங்களூரு.

மங்கையர் மலர்

தந்தையர் மலர் 1 மகளிர் மலர்



கணக்கு ஆசிரியரோ,  
விஞ்ஞான ஆசிரியரோ  
நேரம்

கிடைக்கும்போதெல்லாம்  
மாணவர்களுக்கு சில நல்ல  
கருத்துக்களையும் சொல்லி  
வர வேண்டும் அப்படிச்  
சொல்லும் ஆசிரியர்களும்  
ஒழுக்கத்துடனாகிய உயரிய  
நடத்தைகளைக் கடைப்பிடிக்க  
வேண்டும்.  
கிரிஜா, மாங்காடு



**ஸ்கூல் 64**

கணக்கு ஆசிரியரோ,  
விஞ்ஞான ஆசிரியரோ  
நேரம்

கிடைக்கும்போதெல்லாம்  
மாணவர்களுக்கு சில நல்ல  
கருத்துக்களையும் சொல்லி  
வர வேண்டும் அப்படிச்  
சொல்லும் ஆசிரியர்களும்  
ஒழுக்கத்துடனாகிய உயரிய  
நடத்தைகளைக் கடைப்பிடிக்க  
வேண்டும்.  
கிரிஜா, மாங்காடு



**ஸ்கூல் 64**






பெற்றோர்களே  
 பிள்ளைகளை பரிட்சை  
 நாட்களில் கூட  
 விளையாடும் நேரத்தில்  
 விளையாட விடுங்கள்.

மீ. தேவராசு  
 திருச்சி - 613 003

**ஸ்கூல் 64**



பெற்றோர்களே  
 பிள்ளைகளை பரிட்சை  
 நாட்களில் கூட  
 விளையாடும் நேரத்தில்  
 விளையாட விடுங்கள்.

மீ. தேவராசு  
 திருச்சி - 613 003

**ஸ்கூல் 64**



யோதா உடலையும்,  
மனதையும் வலப்படுத்தி,  
மனதை ஒருநிலைப்படுத்த  
உதவுமாதலால், பள்ளிகளில்  
இதைக் கட்டாய  
பாடமாகக் கலாமி  
பரதபா சிவகுமா,  
வேளச்சேரி

58 மே 2004  
**மாண்புமிகு மன அமைதி**



யோதா உடலையும்,  
மனதையும் வலப்படுத்தி,  
மனதை ஒருநிலைப்படுத்த  
உதவுமாதலால், பள்ளிகளில்  
இதைக் கட்டாய  
பாடமாகக் கலாமி  
பரதபா சிவகுமா,  
வேளச்சேரி

58 மே 2004  
**மாண்புமிகு மன அமைதி**



பள்ளிக்கூடம் ஒரு கோயில்.  
ஆசிரியர் குரு, மாணவர்கள்  
சிஷ்யர்கள். இந்த வட்டத்திற்குள்  
பழக வேண்டும். ஆசிரியர்கள்  
பெண் குழந்தைகளிடம்  
ஆபாசமான/தவறான பேச்சு  
போன்ற தவறான பழக்கவழக்கங்  
கள் ஏற்படாமல் கண்ணியத்துடன்  
நடக்க வேண்டும். இதே போல்  
மாணவிகளும் ஆசிரியரிடம்  
நடந்து கொள்ள வேண்டும்.  
வி.ஜி.சென்னை 23



**ஸ்கூல் 64**

பள்ளிக்கூடம் ஒரு கோயில்.  
ஆசிரியர் குரு, மாணவர்கள்  
சிஷ்யர்கள். இந்த வட்டத்திற்குள்  
பழக வேண்டும். ஆசிரியர்கள்  
பெண் குழந்தைகளிடம்  
ஆபாசமான/தவறான பேச்சு  
போன்ற தவறான பழக்கவழக்கங்  
கள் ஏற்படாமல் கண்ணியத்துடன்  
நடக்க வேண்டும். இதே போல்  
மாணவிகளும் ஆசிரியரிடம்  
நடந்து கொள்ள வேண்டும்.  
வி.ஜி.சென்னை 23



**ஸ்கூல் 64**

மாணவ, மாணவியர் எந்தக் காரணத்திற்காக லீவு எடுத்திருந்தாலும், மாணவர் பள்ளிக்கு மீண்டும் வந்ததும் அதைப் பற்றி விசாரித்தல் நல்லது. இதன் மூலம் மாணவர்களுடன், ஆசிரியர்கள் நெருக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ள முடியும். இதனால் ஆசிரியர்களைக் கண்டு மாணவர்கள் பயப்படும் திணல் மாறும்; ஆசிரியர்களை ஏமாற்றும் நினைப்பும் அகலும்; ஆசிரியர்கள் நம்பி அக்கறை உடையவர் என்ற எண்ணம் வலுப்பெறும். கோமதி, கோபி.

தமிழ் மொழி

**மங்கையர் மனா**

தந்தையும் நாயகம் மகனும் மாநாடு

மாணவ, மாணவியர் எந்தக் காரணத்திற்காக லீவு எடுத்திருந்தாலும், மாணவர் பள்ளிக்கு மீண்டும் வந்ததும் அதைப் பற்றி விசாரித்தல் நல்லது. இதன் மூலம் மாணவர்களுடன், ஆசிரியர்கள் நெருக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ள முடியும். இதனால் ஆசிரியர்களைக் கண்டு மாணவர்கள் பயப்படும் திணல் மாறும்; ஆசிரியர்களை ஏமாற்றும் நினைப்பும் அகலும்; ஆசிரியர்கள் நம்பி அக்கறை உடையவர் என்ற எண்ணம் வலுப்பெறும். கோமதி, கோபி.

தமிழ் மொழி

**மங்கையர் மனா**

தந்தையும் நாயகம் மகனும் மாநாடு

பள்ளிக்கு கார்/ஆட்டோ போன்ற  
 சொந்த வாகனத்தில்  
 அனுப்புபவர்கள் டிரைவர்  
 வராதபட்சத்தில் குழந்தைகளை  
 பள்ளியிலிருந்து வரவழைக்க  
 வேறு நபரை அனுப்பினால்  
 பள்ளி ஆசிரியர் மற்றும்  
 வாட்ச்மேன் ஆகியவரிடம்  
 கண்டிப்பாகத் தெரியப்படுத்த  
 வேண்டும்.

- கௌரி, சென்னை - 23.



**ஸ்கூல் 64**



பள்ளிக்கு கார்/ஆட்டோ போன்ற  
 சொந்த வாகனத்தில்  
 அனுப்புபவர்கள் டிரைவர்  
 வராதபட்சத்தில் குழந்தைகளை  
 பள்ளியிலிருந்து வரவழைக்க  
 வேறு நபரை அனுப்பினால்  
 பள்ளி ஆசிரியர் மற்றும்  
 வாட்ச்மேன் ஆகியவரிடம்  
 கண்டிப்பாகத் தெரியப்படுத்த  
 வேண்டும்.

- கௌரி, சென்னை - 23.



**ஸ்கூல் 64**





மாணவர்களுக்குள் ஏற்படும் சிறு சிறு

மனஸ்தாபங்களை, சண்டைகளை

ஆசிரியர்களே தீர்த்து வைப்பது நல்லது

பெற்றோர் வரை கொண்டு சென்று

பெரிதுபடுத்தக் கூடாது.

இதனால் மாணவர்களிடையே உள்ள அன்பும்,

நட்பும் வலுப்படும்.

ஆசிரியர் மேல் மாணவர்களுக்கு நம்பிக்கையும்

மதிப்பும் ஏற்படும்.

-பிரேமலா ஸ்டபன்,

ஆலந்தூர்.



**மாங்கையர் மலர்**

தந்தையும் நம்பும் 1 மகளின் மனம் திடுக்கிடும்

மாணவர்களுக்குள் ஏற்படும் சிறு சிறு

மனஸ்தாபங்களை, சண்டைகளை

ஆசிரியர்களே தீர்த்து வைப்பது நல்லது

பெற்றோர் வரை கொண்டு சென்று

பெரிதுபடுத்தக் கூடாது.

இதனால் மாணவர்களிடையே உள்ள அன்பும்,

நட்பும் வலுப்படும்.

ஆசிரியர் மேல் மாணவர்களுக்கு நம்பிக்கையும்

மதிப்பும் ஏற்படும்.

-பிரேமலா ஸ்டபன்,

ஆலந்தூர்.



**மாங்கையர் மலர்**

தந்தையும் நம்பும் 1 மகளின் மனம் திடுக்கிடும்



பள்ளி ஆண்டு விழா மற்றும்  
வேறு கலை நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும்  
பொழுது கூடுமானவரை சினிமா  
பாட்டு, டான்ஸ் இவற்றைத்  
தவிர்த்து பாதநாட்டியம், கர்நாடக  
சங்கீதம், வீணை போன்ற இசை  
நிகழ்ச்சிகளை, கவிதை,  
கட்டுரைப் போட்டி, பேச்சுப்  
போட்டி இவற்றை வைத்து  
அவர்களது அறிவுத்திறமையை  
வளர்க்கலாமே!  
- செல்வம், சென்னை - 12.



**ஸ்கூல் 64**

பள்ளி ஆண்டு விழா மற்றும்  
வேறு கலை நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும்  
பொழுது கூடுமானவரை சினிமா  
பாட்டு, டான்ஸ் இவற்றைத்  
தவிர்த்து பாதநாட்டியம், கர்நாடக  
சங்கீதம், வீணை போன்ற இசை  
நிகழ்ச்சிகளை, கவிதை,  
கட்டுரைப் போட்டி, பேச்சுப்  
போட்டி இவற்றை வைத்து  
அவர்களது அறிவுத்திறமையை  
வளர்க்கலாமே!  
- செல்வம், சென்னை - 12.



**ஸ்கூல் 64**



கால அட்டவணைக்கேற்ப முதல்  
நாளே நோட்டுப் புத்தகங்களையும்  
பேனா, பென்சில், ஸ்கேல்,  
ஜியோமெட்ரி பாக்ஸ் இவற்றை  
எடுத்து வைத்துவிடவும். ஷி பாலிங்,  
யூனிஃபார்ம் அயர்னிங் எல்லாம்  
முதல் நாளே செய்து விட்டால்  
டென்ஷன் இருக்காது.

- பத்மா வெங்கடராமன், கரிக்காலி  
தொகுப்பு : மாலதி சந்திரசேகரன்  
கார்டுன்ஸ் : பிள்ளை

மாங்கையார் மலர்



கால அட்டவணைக்கேற்ப முதல்  
நாளே நோட்டுப் புத்தகங்களையும்,  
பேனா, பென்சில், ஸ்கேல்,  
ஜியோமெட்ரி பாக்ஸ் இவற்றை  
எடுத்து வைத்துவிடவும். ஷி பாலிங்,  
யூனிஃபார்ம் அயர்னிங் எல்லாம்  
முதல் நாளே செய்து விட்டால்  
டென்ஷன் இருக்காது.

- பத்மா வெங்கடராமன், கரிக்காலி  
தொகுப்பு : மாலதி சந்திரசேகரன்  
கார்டுன்ஸ் : பிள்ளை